نموذج ترخيص

أنا الطالب: فاطمة محمد مطلق المعطوي أمنح الجامعة الأردنية و/ أو من تفوضه ترخيصاً غير حصري دون مقابل بنشر و / أو استعمال و / أو استغلال و / أو ترجمة و / أو تصوير و / أو إعادة إنتاج بأي طريقة كانت سواء ورقية و / أو الكترونية أو غير ذلك رسالة الماجستير / الدكتوراه المقدمة من قبلي وعنوانها.

التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بنمط الشخصية لدى طلاب الجامعة الأردنية

وذلك لغايات البحث العلمي و / أو التبادل مع المؤسسات التعليمية والجامعات و / أو لأي غاية أخرى تراها الجامعة الأردنية مناسبة، وأمنح الجامعة الحق بالترخيص للغير بجميع أو بعض ما رخصته لها.

اسم الطالب: فاطمة محمد المعطوي.

التوقيع:

التاريخ: ١٤/٥/٢٠١٥

التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بنمط الشخصية لدى طلاب الجامعة الأردنية

إعداد

فاطمة محمد مطلق العطوي

المشرف

الأستاذ الدكتور يوسف أبو حميدان

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في

علم النفس

كلية الدراسات العليا

الجامعة الأردنية

آيار، 2015م

قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الرسالة /الأطروحة (التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بنمط الشخصية لدى طلاب الجامعة الاردنية) وأجيزت بتاريخ 2015/5/5.

اعضاء لجنة المناقشة	التوقيــع
الأستاذ الدكتور يوسف ابو حميدان، مشرفا استاذ - تحليل السلوك التطبيقي	....
الأستاذ الدكتور عباطه ظاهر، عضوا استاذ – علم الجريمة	....
الأستاذ الدكتور محمد بني يونس، عضوا استاذ – علم النفس الفسيولوجي	....
الدكتور احمد الشيخ ، عضوا استاذ مشارك – ارشاد نفسي جامعة عمان الأهلية	....

2015/5/14

الإهداء

إلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله الذي زرع الأخلاق بداخلي

وعلمني طرق الارتقاء ...

إلى أبي وصديقي حفظه الله ...

الزهرة التي لا تذبل ... نبع الحنان ...

رمز الحب بلسم الشفاء ...

التي ساندتني ووقفت إلى جانبي ...

حتى وصلت هذه المرحلة من التقدم والنجاح...

إلى أمي الغالية حفظها الله ...

إلى أخواتي الحبيبات ... وإخواني ...

الشكر والتقدير

الحمدلله ذي المن والفضل والإحسان، حمداً يليق بجلاله وعظمته..

والصلاة والسلام على معلم البشرية وهادي الإنسانية وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.

أتوجه بالشكر الجزيل والامتنان إلى مشرفي الأستاذ الدكتور يوسف أبو حميدان على جهوده في تعليمي وتوجيهي ومساعدتي ودعمه الغير محدود لإنجاز هذه الرسالة.

كما أتقدم بالشكر والاحترام الوافر إلى لجنة المناقشة المتمثلة في الأستاذ الدكتور عباطه ظاهر، والأستاذ الدكتور محمد بني يونس، والدكتور أحمد الشيخ.

كما أتقدم بالشكر إلى صديقاتي وكل من ساعدني لإتمام هذه العمل.

قائمة المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الجداول

التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بنمط الشخصية لدى طلاب الجامعة الأردنية

إعداد

فاطمة محمد مطلق العطوي

المشرف

الأستاذ الدكتور يوسف أبو حميدان

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى قياس مستويات التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب الجامعة الأردنية وعلاقتها بنمط السلوك (أ) و (ب) تبعاً لعدد من المتغيرات والتي تتضمن: النوع الاجتماعي، التخصص الأكاديمي (كلية علمية أو كلية إنسانية) والمستوى الدراسي.

تكونت العينة من (361) طالب وطالبة من طلاب الجامعة الأردنية والمسجلين خلال الفصل الثاني للعام الجامعي 2015/2014. وتم تطبيق مقياس التفاؤل والتشاوم ومقياس نمط السلوك(أ) ونمط السلوك (ب). تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتكرارات، واختبار تحليل التباين المتعدد المتغيرات (MANOVA) للإجابة عن أسئلة الدراسة.

توصلت الدراسة إلى وجود مستويات مرتفعة من التفاؤل لدى طلاب الجامعة الأردنية حيث بلغت نسبة الطلاب الذين لديهم تفاؤل شديد (43.9%) مقارنة ب (7.5%) من الطلاب الذين لديهم مستويات مرتفعة من التشاؤم. كما توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط ايحابي بين التفاؤل والنمط السلوكي (ب) وارتباط ايجابي ما بين التشاؤم والنمط السلوكي (أ). وأخيراً توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستويات التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي والتخصص الأكاديمي، بينما لا توجد فروق تعزى إلى متغير المستوى الدراسي.

وختاماً توصي الدراسة الحالية بضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول هذه المتغيرات، وبناء مقاييس للتفاؤل والتشاؤم ونمط السلوك بحيت تناسب أهداف البحث العلمي.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهيمتها

المقدمة

تعد الشخصية من أهم المفاهيم وأكثرها تعقيداً في ميدان علم النفس، حيث أنها تشمل مجموعة مترابطة ومتداخلة من المظاهر كالمظهر الجسمي، الانفعالي، العقلي والاجتماعي، والذي بدوره يساعد الفرد على إشباع حاجاته والتفاعل مع محيطه وذاته بأسلوب مناسب. يرى آيزنك (Eysnck,1977) إن دراسة الشخصية تمكننا من فهم العلاقة بين السلوك والشخصية، ولذا فإن معظم الباحثين في مجالات الشخصية حاولوا تحليلها وتنظيمها مما يسهل فهمها ومعرفة دلالات ارتباطها بجوانب الحياة النفسية للأفراد وأدوارهم ومسؤولياتهم المهنية والشخصية والحياتية الأخرى ومدى تفاؤلهم وتشاركهم في حياتهم ومواقفهم التي يعيشونها (الطراونة، 2006).

وعلى الرغم من أهمية مفهومي التفاؤل والتشاؤم بالحياة الإنسانية بشكل عام، وفي الدراسات النفسية بشكل خاص، إلا أن تاريخ الاهتمام بهما حديث، حيث ظهر الاهتمام بدراستهما في نهاية السبعينات من القرن العشرين. وخلال هذه الفترة احتل مفهوما التفاؤل والتشاؤم مركزاً مهماً في الدراسات المتعلقة بالشخصية وفي علم النفس العيادي وعلم نفس الصحة (عباللطيف وحماد، 1998).

يرى بعض الباحثين أن التفاؤل والتشاؤم هما سمتين من سمات الشخصية وليست حالة، واعتبرها آخرون من السمات الصغرى أو الضيقة للشخصية وليست من الأبعاد الأساسية للشخصية. وأختلف العلماء في النظر إلى مفهومي التفاؤل والتشاؤم، حيث أن بعضهم ينظر اليهما على أنهما سمة واحدة ثنائية القطب تتراوح ما بين التشاؤم المفرط إلى التفاؤل المفرط، واعتبرهما الآخرون سمتان مستقلتان تتراوح إحداهما من عدم التفاؤل إلى التفاؤل المفرط والأخرى من عدم التشاؤم إلى التشاؤم المفرط (عبد الخالق، 1999).

ويتجلى إهتمام علماء الشخصية بالتفاؤل والتشاؤم باعتبارهم هذين المفهومين من الجوانب المهمة التي توضع في الاعتبار في التصور العام حول طبيعة الإنسان مسيراً أو مخيراً، متأثراً بالعوامل البيئية أو الوراثية أو أن الإنسان يميل بطبيعته إلى أن يكون متفائلاً أو متشائماً، وقد

يعبر أحياناً عن التفاؤل والتشاؤم في مثالٍ عن التساؤل: هل يحمل الإنسان أساساً جانب الخير أم جانب الشر؟ (عبداللطيف وحماد، 1998).

وقد برزت مؤخراً نظريات حديثه قامت بدراسة الشخصية من خلال الأنماط السلوكية التي تتصف بها هذه الشخصية، فقدم فريدمان وروزنمان تصنيف للشخصية أسمياه نمط السلوك (أ) ونمط السلوك (ب) من خلال دراستهم لمرضاهم. وقد وصف الشخص من نمط السلوك (أ) بأنه كمالي ويحاول أن ينجز بشكل متطرف وخاصة عند التنافس مع الآخرين. أما الأفراد من النمط السلوكي (ب) فهم عكس نمط (أ) حيث أنهم أكثر استرخاء وسهولة ولا يهتمون بالمنافسة، ولا يركزون على الوقت، وهم صبورون وليسو سريعي الغضب (أبو حميدان وآخرون، 2014).

مشكلة الدراسة

يعاني الشباب في الوقت الحالي العديد من المشاكل في ظل الظروف الاقتصادية والاجتماعية والسياسية الراهنة التي يعيشها الوطن العربي، مما أثر على ظهور مشاعر التشاؤم لديهم والتي بدورها تؤثر على أنماط الشخصية والسمات السلوكية لدى هذه الفئة المهمة من المجتمع والتي يعتمد تطور البلاد وازدهارها عليهم.

ومن هنا تنبع مشكلة الدراسة الحالية في دراسة التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأنماط الشخصية لدى طلاب الجامعة الأردنية.

أهمية الدراسة

تنبع أهمية الدراسة الحالية من قلة الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم ونمط الشخصية (أ، ب) لدى طلاب الجامعات الأردنية، وعدم وجود دراسة تقيس هذه المتغيرات لدى طلاب الجامعة الأردنية. كما تزودنا الدراسة الحالية بمعلومات من الممكن أن تساعد العاملين في المجال التعليمي والتربوي للتعامل مع الطلاب الجامعي ووضع خطط أساليب تساعدهم على حل مشكلاتهم الناتجة عن نمط شخصيتهم.

أهداف الدراسة وأسئلتها

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة ما بين التفاؤل والتشاؤم ونمط الشخصية (أ، ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية، وعلاقتها بعدد من المتغيرات وأهمها: الجندر، التخصص الأكاديمي، والمستوى الدراسي.

ومن خلال الدراسة ستتم الإجابة على الأسئلة التالية:

1 – ما هي مستويات التفاؤل لدى طلاب الجامعة الأردنية؟
2 – ما هي مستويات التشاؤم لدى طلاب الجامعة الأردنية؟
3 – هل هناك ارتباط بين التفاؤل ونمط الشخصية (أ أو ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية؟
4 –هل هناك ارتباط بين التشاؤم ونمط الشخصية (أ و ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية؟
5 –هل توجد فروق ذات دلالة بين طلاب الجامعة الأردنية في مستويات التفاؤل والتشاؤم تبعاً لمتغيرات: الجنس، العمر، التخصص الأكاديمي، والمستوى الدراسي.

التعريفات النظرية والإجرائية للدراسة

1 –**التفاؤل:** التوقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق بعض المتطلبات المستقبلية (اليحفوفي والانصاري، 2002).

ويعرفه Stipek (1981) على أنه التوقعات الذاتية الإيجابية عن المستقبل الشخصي للأفراد.

ويرى الأنصاري وعبد الخالق أن التفاؤل عبارة عن نظرة إستبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما سوى ذلك (عبد الخالق والانصاري،1995).

ويعرف إجرائيا على أنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس التفاؤل الذي طبق لأغراض هذه الدراسة.

2 –**التشاؤم:** هو إستعداد شخصي أو سمة كامنة داخل الفرد تؤدي به إلى التوقع السلبي للأحداث (اليحفوفي والانصاري، 2002).

وعرفه Showers (1992) على أنه حصر الفرد لإهتماماته وإنتباهه بالاحتمالات السلبية للأحداث المستقبلية.

كما وينظر إلى التشاؤم على أنه توقع سلبي للأحداث القادمة وانتظار الفرد لحدوث الأسوأ، ويتوقع الفشل والشر وخيبة الأمل، ويستبعد ما سوى ذلك (عبد الخالق، 1996).

ويعرف **إجرائيا** على أنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس التشاؤم الذي طبق لأغراض هذه الدراسة.

3 -**نمط الشخصية** (أ)**:** يعرفه دردير(2007) على أنه نمط شخصية يتصف صاحبها ببعض السمات مثل: الاهتمام الزائد بالمواعيد، التنافس، الاندفاع، والسرعة، وتركيز كل إهتمامه على العمل.

وعرف الحميد والكفافي النمط (أ) على أنه نمط وأسلوب حياه يرتبط باحتمال مرتفع للإصابة بأمراض القلب التاجية، ويتميز بالميل إلى الضغط على الأسنان، والشد على قبضة اليد والحركات الجسمية السريعة، وقلة الصبر، والنشاط متعدد الأوجه مثلاً الأكل أثناء قراءة الجريدة.

ويعرف إجرائيا على أنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس نمط الشخصية (أ) الذي طبق لأغراض هذه الدراسة.

4 -**نمط الشخصية (ب):** هم الأفراد الذين يتسمون بأنهم أكثر تحرراً من العدوان ولديهم القدرة على الاسترخاء والمشاركة بالأنشطة الترويحية دون الحاجة إلى إثبات التفوق، وعدم الاحساس بضغط الوقت، إضافة إلى أنهم غير منافسين(عبدالخالق،2000).

يرى جيتمان (Gieitman,1999) أن نمط الشخصية (ب) يختلف ويتناقض مع نمط الشخصية (أ)، إذ أن الشخص في هذا النمط أقل عجلة وتنافساً وأقل تعرضاً للإصابة بأمراض القلب.

ويعرف إجرائياً على أنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس نمط الشخصية (ب) الذي طبق لأغراض هذه الدراسة.

حدود الدراسة

أقتصرت الدراسة الحالية على طلبة الجامعة الأردنية من مختلف التخصصات الأكاديمية والمستويات الدراسية.

الفصل الثاني

الخلفية النظرية

الفصل الثاني

الخلفية النظرية

الشخصية

يعود الاهتمام والبحث في مفهوم الشخصية إلى بداية التاريخ الإنساني، عندما تسأل الإنسان عن نفسه وعن هويته وطرح سؤاله الأول من أنا؟ حيث أن الإجابة ليست بالأمر البسيط لأن الشخصية تتأثر بعوامل متعددة كالدين والفلسفة والإرث الثقافي والاجتماعي ومع ذلك فهذا المصطلح شائع الاستعمال لدى جميع الناس.

تنم الشخصية عن الانطباع العام عن الفرد الذي بدوره يعكس الأصول القديمة للكلمة. فكلمة الشخصية (persona) ترجع إلى الأقنعة التي كان يرتديها ممثلوا الدراما اليونانية القديمة، ومن ثم أصبحت تطلق على الممثل نفسه، ثم اتسع استعمال الكلمة ليشمل صفات المثل الذاتية وبعدها ازداد اتساعها حيث أصبحت تستعمل في الانطباع العام عن الفرد.

تطور مفهوم الشخصية وازداد تعقيداً عند علماء النفس حيث وضع جوردن ألبورت أكثر من خمسين تعريفاً للشخصية مما يعني عدم وجود إتفاق عام بين واضعي نظريات الشخصية حول الاستخدام الصحيح لهذا المصطلح.

ويعود السبب في عدم الاتفاق هذا إلى مفهوم الشخصية نفسه لدى واضع النظرية ومن ذلك يكون تعريفه للشخصية (انجلز،1411هـ).

أما علماء النفس فقد تعددت تعاريفهم للشخصية، حيث بلغت أكثر من خمسين تعريف – ذكر عبد الخالق (1983) مجموعة من التعاريف منها تعريف ماي May: للشخصية حيث عرفها على أنها:"ما يجعل الفرد فعالاً، أو مؤثراً في الآخرين."

ويعرف برنس Prince الشخصية كما ورد في عبد الخالق (1983):"بأنها المجموع الكلي لما لدى الفرد،من استعدادات بيولوجية موروثة، ونزعات، وغرائز وشهوات بالإضافة إلى النزعات والإستعدادات المكتسبة".

وينظر كل من (صوالحة والعبوشي، 2010) إلى الشخصية على أنها تنظيم ديناميكي داخل الفرد للأجهزة النفسية والجسمية التي تحدد خصائص سلوكه وفكره إزاء المواقف المختلفة.

ويرى ربيع (2013) أن الشخصية عبارة عن مجموع ما لدى الفرد من استعدادات ودوافع ونزعات وشهوات وغرائز فطرية وبيولوجية، كذلك ما لديه من نزعات واستعدادات مكتسبة.

أما جوردون البورت Allport (1937) فإن الشخصية لديه هي:"التنظيم الدينامي داخل الفرد، للأجهزة النفسية والجسمية التي تحدد طابعه الخاص في توافقه مع بيئته "ثم استبدل عبارة (توافقه لبيئته) بعبارة (التي تحدد خصائص سلوكه وفكره).

وعرفها كاتل Cattell بأنها ما يمكننا التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين"(Cattell,1950).

النظريات المفسرة للشخصية:

1. نظرية التحليل النفسي (سيجموند فرويد)

تعتبر هذه النظرية من النظريات الرائدة في مجال الشخصية لبنائها المحكم وتنظيمها في مراحل متتابعة، حيث أنها تشمل فترة طويلة نسبياً من عمر الإنسان، إضافة إلى اهتمامها بالتفاصيل الدقيقة التي تحاول تفسير دوافع السلوك الإنساني وأسباب انحرافه. أكدت هذه النظرية على أثر العوامل الفطرية والدوافع الطبيعية كالرغبات والحاجات، وارتباطها بشحنات نفسية وأشارت إلى أن السلوك الحالي لأي فرد مهما كان عمره يرتبط بمجموع خبراته السابقة التي مر بها خلال المراحل الأولى من عمره (الداهري،2005).

لم يأخذ فرويد الصفات الظاهرية والسلوك الواضح والشعوري بعين اعتباره عندما فسر الشخصية، بل كان معظم اهتمامه منصباً على الأعماق الذي يعبر عن أعماق الشخصية، فسماه السلوك المضمر اللاشعوري. يقول فرويد في هذا المجال: "أننا نقع في المحظور عند دراسة شخص ما اعتماداً على شعوره، حيث أن البحث في أعماق الشخصية هو الأسلوب المناسب، إذ أن الدلالة الحقيقية لما يسلكه الشخص تكمن في اللاشعور ولا يعد السلوك الظاهر الشعوري معبراً عن الشخصية في فهمه، بل قد يكون ما في شعور الشخص نقيضاً لما في اللاشعور" (القريطي، 1998، 256).

ويرى فرويد أن الشخصية بناء ثلاثي التكوين، وأن كل جانب منها يتمتع بصفات وميزات خاصة، وأن المكونات الثلاثة تؤلف في النهاية وحدة متفاعلة ومتماسكة هي الشخصية، وهذه المكونات الثلاثة هي: "ألهو "و"الأنا "و"الأنا الأعلى"(القريطي 1998م).

1. ألهوId:

هو ذلك الجزء الأول المبكر الذي يضم كل ما يحمله الطفل معه منذ الولادة من الأجيال السابقة، حيث أنه يحمل ما يسميه فرويد الغرائز وهو مخزون غرائز اللذة والطاقة النفسية والتي تشمل: دافع الجوع والعطش والجنس والراحة وأضاف عليها فرويد فيما بعد دافع العدوان، وتصبح هذه الغرائز في حالة توترعند تعرض الفرد للاستثارة الداخلية أو الخارجية، مما يؤدي إلى تحرك ألهو واندفاعها لإشباع هذه الغرائز وإزالة التوتر بصورة عاجلة فورية بأي ثمن وبطريقة بدائية، وهي تعمل حسب مبدأ اللذة والابتعاد عن الألم، دون الالتفات إلى شروط الواقع أو المعايير المنطقية والأخلاقية. فألهو يمثل الطبيعة الابتدائية والحيوانية لدى الفرد، وتعمل لا شعورياً بعيداً عن وعي الفرد وإدراكه، ولا صلة لها بالواقع أو العالم الخارجي (الشاذلي، 2001).

2. الأنا ego:

يمثل الأنا الجانب الشعوري الظاهري المألوف لنا والذي نشعر به، حيث أنه يخضع لمبدأ الواقع لأنه يواجه العالم الخارجي وعلى صلة مباشر فيه، ويكتسب منه بعض الصفات والمميزات. لذلك فهو يفكر تفكير واقعياً موضوعياً ومعقولاً يسعى فيه إلى أن يكون متماشياً مع الأوضاع الاجتماعية المقبولة. ويحاول الأنا تحقيق مطالب ألهو عن طريق التوفيق بينها وبين الواقع مدركاً لشروط الإشباع في الواقع الحقيقي للفرد، من حيث الإمكانات المتاحة، وما هو مقبول وغير مقبول وفق النمط الثقافي السائد في المجتمع. أما إذا كان الواقع لا يسمح بتحقيق مطالب ألهو فأنا الأنا يسيطر على الغرائز ويضبطها ويعمل على تأجيل إشباعها حتى يجد الوقت المناسب للإشباع الذي يتوافق مع شروط العالم الخارجي. وهكذا يقرر الأنا متى وأين وكيف يمكن لدافع ما أن يحقق غرضه، طبقاً لمبدأ الواقع، مخضعاً مبدأ اللذة لحكمه مؤقتاً.

مما سبق يتضح أن ألهو يعمل على توافق الشخصية مع البيئة، ويسعى جاهداً إلى الوصول بالشخصية إلى الأهداف المرسومة التي يقبلها الواقع (الداهري، 1999م).

3. الأنا الأعلىsuper ego:

ويمثل القيم والمثل الاجتماعية والدينية التي تمت تربية الفرد عليها في بيئته ومدرسته ومجتمعه، فالأنا الأعلى هو الضمير المحاسب،ويعمل وفق مبدأ الكمال والمثالية بدلاً من اللذة. وللأنا الاعلى مظهران: الضمير والأنا المثالي حيث يمثل الاول الحاكم، بينما يمثل الثاني

القيم.ويتمثل دور الأنا في كبح كل رغبات ألهو من جهة،ويعارض دور الأنا من الاستجابة لرغبات ألهو الغير الأخلاقية من جهة ثانية.

وهكذا نرى أن الأنا يقع تحت تأثير ثلاث قوى: الحاح ألهو بقواه للتعبير عن نفسه وفق مبدأ اللذة تعبيراً فورياً بأية صورة وأية ثمن، والأنا الأعلى وما يصدر عنه من أوامر وتوجيهات ونواهي، فهو يتحكم بالأنا تحكماً قاسياً، سامحاً له بقبول بعض نزاعات ألهو المشروعة وعدم قبول أكثرها إطلاقاً. وأخيراً يتأثر بالعالم الخارجي أو عالم الواقع بمغرياته ومثيراته، وتقاليده فالأنا قبل أن يسمح لنفسه بالتعبير عن رغبة معينة من رغبات ألهو لابد له أن يأخذ منظومة العالم الخارجي هذه بعين الاعتبار (مياسا 1997).

2.نظريات السمات:

تشتمل نظريات السمات على افتراضين أساسيين هما:

1 –أن سمات الشخصية تعكس مواصفات مقررة مسبقاً وهي ثابتة نسبياً للتعرف بأساليب معينة في المواقف المختلفة وتفسير مكان التنبؤ في السلوك.
2 –أن الناس يختلفون في ما يمتلكون من سمه معينة الأمر الذي يعني أنه لا يشبه أحداً غيره في جميع السمات وتكون النتيجة تنوعاً غير محدداً من الشخصيات الإنسانية الفريدة (الداهري 2005).

مفهوم السمة trait:

يعرف ألبروت السمة على أنها استعداد نفسي عصبي مركزي عام خاص بالفرد يعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفياً، ويعمل على إصدار وتوجيه السلوك التكيفي والتعبيري، ويرى ألبرت أن السمات الخاصة بفرد ما تقوم بتحديد أنماط سلوكه (القريطي، 1998).

ومن أهم النظريات التي تناولت السمات:

نظرية ألبورت:

اختار ألبروت أنواعاً مختلفة من السمات من خلال قائمة تشتمل على (18) ألف صفة سلوكية وقسم السمات إلى:

1 –السمات العامة والسمات الخاصة أو الفريدة.

أ – السمات العامة: هي السمات الشائعة أو المشتركة بين عدد كبير من الأفراد في حضارة معينه مثل السيطرة، الإنطواء، الاتزان.

ب –السمات الخاصة أو الفريدة وهي سمات لا تطلق إلا على فرد بعينه ويرى البورت أن هذه السمات هي الجديرة بالدراسة (عبد الخالق، 1989)

2 –السمات الأساسية، وقد قسمها البورت إلى:

أ. السمات الأصلية: هي السمات السائدة أو الشهوة المسيطرة، أو العاطفة السائدة أو أصل الحياة، وهذا النوع من السمات ليس شائعاً ولا يمكن إلى حد ما ملاحظته لدى كل شخص.

ب. السمات المركزية: تمثل الميول التي يتميز بها الفرد تماماً والتي كثيراً ما تظهر ويكون استنتاجها سهلاً وعددها لا يتجاوز خمسة أو عشر سمات.

ج. السمات الثانوية: وهي أقل حد وأهمية في وصف الشخصية (هول و ليندزي،1978)

د. السمات التعبيرية: هي سمات معينه تؤثر على شكل السلوك وتلونه لكنها لا تكون واقعية لدى أغلب الأفراد، مثل السيطرة والمثابرة.

ه. السمات الاتجاهية: هي سمات ذات تأثير محدود في مجالات معينة من مجالات الحياة.

ويوضح البورت أن السمات متداخلة ولا يوجد فاصل بين سمة وأخرى وهي ليست مستقلة، وهذا التداخل يفسر عدم إمكانية التوصل إلى طرق مرضية لتصنيف السمات (هول وليندزي،1978).

نظرية كاتل:

يرى كاتل أن السمات هي المكونات الأساسية للشخصية وحاول أن يحددها بطريقة احصائية من خلال دراسته لعدد كبير من الأفراد (أبوحميدان وآخرون، 2014)، وقام بتلخيص قائمة ألبرت إلى (171) صفة بعد أن حذف منها الكلمات المترادفة والألفاظ الغريبة. وقد توصل كاتل إلى (20) سمة اعتبرها سمات مصدرية يمكن استخدامها في تفسير السمات السطحية وبيان العلاقات القائمة فيها، ومن السمات المصدرية التي أشار إليها، متحفظ، متفتح، متهيج، منفر (الداهري،2005).

نظرية ايزنك:

يشير ايزنك إلى أن بحوث الشخصية يجب أن لا تقيد نفسها بفحص قطاعات صغيرة، بل يجب أن يتم دراستها بوصفها كلاً متكاملاً، وبجميع الطرق الممكنة للقياس حيث أنها ليست أكثر إقناعاً من عوامل مستخرجة من مادة تجريبية جمعت بواسطة طرق مختلفة.

وأوضح ايزنك أهمية العوامل الوراثية في تشكيل الشخصية ونموها ودرس علاقة التشريح بالشخصية وتأثير العقاقير فالشخصية، وهنالك (5) عوامل أساسية في وصف الشخصية وهي:

- عامل انبساط
- عامل الذهنية
- عامل المحافظة مقابل التقدمية
- عامل العصابية
- عامل الذكاء (الداهري، 2005)

3. النظريات السلوكية:

اعتمد السلوكيون على المنهج التجريبي عند قيامهم باختبار الفرضيات من أجل الوصول إلى المبادئ التي تحكم عملية التعلم (أبوحميدان، 2003)، ويرون أنه من الضروري اعتماد أسلوبي الملاحظة والقياس في علم النفس ليكون علما قائماً بذاته. ومن أهم المدارس السلوكية المفسرة للشخصية:

أ - المدرسة التقليدية:

ورائد هذه المدرسة العالم واطسون حيث أنه رفض فكرة دور الوراثة وتأثيرها على السلوك والشخصية، وركز على العوامل البيئية والاجتماعية ودورها في الشخصية. وترى هذه المدرسة أن الشخصية عبارة عن مجموعة من الأنماط السلوكية المكتسبة والمتعلمة من خلال الارتباطات بين المثيرات والاستجابات. كما أنها تنظر إلى الشخصية على أنها تنظيم غير ثابت ومن الممكن أن يتغير ويتعدل بشكل مستمر.

وأكد أصحاب هذه النظرية على أن الشخصية وتنظيمها يعتمد على عملية التعلم، وخلصو إلى أن الشخصية عبارة عن مجموعة من العادات النوعية والأساليب السلوكية التي يكتسبها الفرد ويتعلمها، ومن الممكن أن تتشكل حسب الموقف أو المثير الخارجي.

ب – المدرسة السلوكية الحديثة:

ركز أصحاب هذه المدرسة على دور الوراثة في السلوك إضافة إلى الدور الجوهري للبيئة والعوامل الخارجية. كما ركزو على خصائص الفرد ودوافعه، وقامو بدراسة ظواهر لم تتطرق لها المدرسة التقليدية مثل الحب، الكراهية. وظهر حديثاً مجموعة من النظريات السلوكية التي قامت بدراسة الشخصية من خلال الأنماط السلوكية التي تتصف بها. ومن أهم الأمثله على هذا النوع من النظريات ما قدمه فريدمان وروزنمان من تصنيف الشخصية من خلال دراستهما لمرضاهم، واطلقو عليه نمط السلوك (أ) ونمط السلوك(ب) (أبوحميدان وآخرون،2014).

4.المدرسة الإنسانية:

تركزهذه النظرية على مفهوم الذات حيث قام العالم كارل روجرز بوضع نظرية خاصة بالذات وعرفها على أنها: كينونة الفرد التي تنفصل عن المجال المدرك، وتنمو نتيجة تفاعل الفرد مع مجتمعه والخبرات التي يمر بها.

وهي تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات ويعتبرها الفرد تعريفاً نفسياً لذاته.

وهناك ثلاثة مفاهيم للذات:

1. **مفهوم الذات المدرك: وهي** ذات الفرد كما يتصورها هو.
2. **المفهوم الاجتماعي للذات:** وهي الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يتصوروها عنه، ويتمثلها في تفاعله معهم.
3. **المفهوم المثالي للذات:** وتمثل الصورة المثالية التي يرد الفرد أن يكون عليها.

ويرى روجرز أن وظيفة مفهوم الذات هي تنظيم خبرات الفرد المتغيرة بسبب التفاعلات الاجتماعية (زهران، 1424هــ)

أنماط الشخصية أ، ب، ج Personality Types (A.B.C)

يعود الفضل في اكتشاف أنماط السلوك إلى Friedman & Rosnman (1974)، حيث بدأت أبحاثهما المتعلقة بالنمط (B),(A) عندما لاحظ كل منهما وجود مجموعة من الخصائص السيكولوجية لدى الأفراد حيث أنهما طلبا من كل من ذوي النمط (A) والنمط (B) قراءة فقرة عن معركة حربية فاختلفا في أنماط الحديث والكلام فالأفراد ذوي النمط (A) يتحدثون بسرعة

وبصوت عال وبانفعال خاصة عندما طلب منهم تقمص دور القائد في المعركة لوحدة قتالية. (أباظة، 2002)

1- نمط السلوك (أ) Behavior Type (A)

عرف روزنمان (1990) هذا النمط على أنه: انفعال سلوكي مركب يتضمن استعدادات سلوكية مثل، المعدل المتسارع للأنشطة، والاستجابات الانفعالية كالاستثارة العدائية واحتمالات الغضب المتزايدة وإجادة العمل وكثرة نجاح الأداء المهني، والتفوق في الأعمال وإنجازها في أقل وقت (Luthans, 2004).

وعرفه الحميد والكفافي (1996) أنه نمط في أسلوب الحياة يرتبط مع الاحتمال المرتفع للإصابة بأمراض القلب التاجية. ويتميز بالميل إلى الضغط على الأسنان وتشديد قبضة اليد والحركات الجسمية السريعة وقلة الصبر والنشاط المتعدد الأوجه مثل الحلاقة أو الأكل أثناء قراءة الجريدة.

يتميز صاحب النمط (أ) بأن استجاباته انفعالية عدوانية واندفاعية، ويميل إلى الضغط على الأسنان وتشديد قبضة اليد والحركات الجسمية السريعة، ولديه إحساس بنفاذ الصبر ومرور الوقت سريعاً، والاهتمام الزائد بالمواعيد وهو صاحب ميول تنافسية متعددة الأوجه ويسعى إلى التفوق في الأعمال وإنجازها في أقل وقت.

ويعد نمط السلوك تنظيم متكامل ومترابط من الصفات يمكن من استخدامها كأداة لتصنيف الأفراد في فئات أو مجموعات وفقاً للأساس الذي ينظمها، ففي عملية التنميط ينبغي أن تنسحب صفات نمط معين على كل أو معظم أفراده ولو بدرجات متفاوتة، كما يقال أن فرداً ما يمكن أن يصبح نموذجاً لنمط كامل إذا تمثلت فيه كل أو معظم الصفات المميزة أو المحددة لجماعة هذا النمط بشكل واضح (طه وآخرون، 1993). وقد تزايد الاهتمام في السنوات الأخيرة بآثار خصال الشخصية على الصحة والمرض فقد كان الاعتقاد السائد أن هناك ممارسات معينة هي فقط السبب الرئيسي لحدوث أزمات الجهاز العصبي كالتدخين والسمنة إلا أن البحث قد أسفر عن وجود نمط معين من السلوك اتضح أن أصحابه أكثر عرضه لحدوث النوبات القلبية حيث هؤلاء الناس دائماً يكونون في توتر عصبي ويضعون أنفسهم تحت ضغوط نفسية مستمرة مع الحساسية الزائدة وتهويل المواقف وأيضاً الازدواجية في العمل أو التفكير والتخطيط لكثير من النشاطات في فترة زمنية قصيرة.

أشار Friedman &Rosnman إلى وجود خصال شخصية يتميز أصحابها بالرغبة في التنافس والطموح والعدائية والرغبة في النجاح وحب العمل والقلق والغضب والرغبة في التحدي والإحساس بضيق الوقت، وقد أطلق عليه نمط السلوك (A). (اباظة، 2000).

وقد أظهرت نتائج كل من Berton&Scherwitz (1982) وJacobs (1973) أن الأفراد ذوي نمط (A) يتحدثون بسرعة وبصوت عال وبانفعال حاد ويمكن تمييزهم من ذوي نمط (B). إضافة إلى أنهم أكثر عدوانية وسريعة الغضب، ويسعون لتحقيق إنجاز متميز، ويتسمون بالدهاء، والنشاط، والسرعة في الإيقاع وحب الهيمنة، وحب الاختلاط بالآخرين، ويفتقرون إلى السيطرة على الذات، وأنهم من ذوي الجهد العالي والعمل الدؤوب مقارنة مع نمط B. (الجارودي،2001)

2 -نمط السلوك (ب) Behavior Type (B)

تعرف جيتمان Gieitman (1999) النمط (ب) على أنها نمط مختلف ويتناقض مع النمط (A) إذ أن الشخص في هذا النمط أقل عجلة وتنافساً وأقل تعرضاً للإصابة بأمراض القلب.

وعرفه Mamonove (2001) نمط (B) أنه نمط غير تنافسي وقليل التحفيز وصبور ولا يثار بسرعة، وخارج عن السيطرة وهم منسجمون مع بيئتهم، كما أن افتقارهم إلى الغضب ينشأ من الشعور بالسلام داخل شخصيتهم.

وأشار عبد الخالق (2000) إلى أن أفراد النمط (ب) يتسمون بأنهم أكثر تحرراً من العدوان، ولديهم قدرة على الاسترخاء والمشاركة في الأنشطة الترويحية دون الحاجة إلى إثبات التفوق، وعدم الاحساس بضغط الوقت وغير منافسين.

3 -نمط السلوك (ج) Behavior Type (c)

وهو النمط المنطوي، ويتميز الأشخاص من هذا النمط بالعاطفة الجياشة وبأن لديهم دفاعات قوية، وعدم القدرة على الاعتراف والتعبير عن عواطفهم مما يجعلهم يتألمون في صمت، حيث أنهم أكثر قابلية من غيرهم للإصابة بالأمراض المناعية مثل السرطان.

وتعرف تموشوك نمط السلوك C على أنه عامل خطر في ظهور وتطور السرطان وتتمثل مميزاته الأساسية في كبح الانفعالات، العجز، اليأس، اللطف، والهدوء، التعاون، الثبات أمام

المصائب، واحترام السلطة، وعدم إثبات الذات، والتعبير عن الانفعالات، إضافة إلى الاستجابة للضغط والفشل باستسلام. (اسعد،2010)

التطور التاريخي لأنماط السلوك

كان عالم النفس الألماني اوتوغروس أول من قسم البائعين إلى مجموعتين:

1 – **أنماط الطبائع الأولية**: أن الأشخاص الذين ينتمون إلى هذه المجموعة ينفعلون على الفور ولكنهم لا يلبثون إلى حالتهم الطبيعية.

2 – **أنماط الطبائع الثانوية** : يتميز الأشخاص الذين ينتمون إلى هذه المجموعة عن الأولين بالبطء كذلك يظل صدى الحادث إلى تعرضوا إليه لوقت طويل يسترجع في حياتهم النفسية إذ يمكننا اعتبار الأولية والثانوية موقفين متعارضين وأساسين يميزان الأشخاص ويسمحان بتصنيفهم كما ظهر في أول الثمانينات من هذا القرن نمط حديث آخر في العلوم الطبية والنفسية هو C أو ما يسمى بالشخصية المستهدفة للإصابة بمرض السرطان قدمه كل من جرير موريس(1980) وطورته تيموشوك.

النظريات المفسرة لأنماط السلوك

من أشهر النظريات المفسرة للأنماط السلوكية (A,B) والتي وضعت في القرن العشرين:

1 -نظرية التعلم الاجتماعي

تعد هذه النظرية واحدة من النظريات التي يمكن أن تحلل سلوك نمط (A) في ضوئها تتلخص العناصر المهمة في نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي فيما يأتي:

1. السلوك (حركي – لفظي).
2. البيئة (الظروف الضاغطة – الظروف الفيزيقية والزمان والمكان)
3. الظروف الاجتماعية (الناس، الجيران، الأصدقاء وغيرهم).
4. العامل المعرفي (العلاقات المباشرة للسلوك الصريح، ومدى التأثير في الآخرين).
5. التنبه للعوامل البيئية.

وفي ضوء هذه العناصر، نجد أن ذوي النمط (A) ينتقون الاستجابة الإيجابية على المدى القصير ويستبعدون الاستجابات السلبية على المدى البعيد ومن ثم يتعلمون الاستجابات السلبية على المدى البعيد ومن ثم يتعلمون الاستجابات الإيجابية المشبعة والتي تشكل سلوكهم فيما بعد،

إذن فسلوك ذوي النمط (A) نتائج تفاعل العوامل البيئية والاجتماعية والفيزيقية والعوامل المعرفية والنفسية. ويرى أصحاب النظرية المعرفية الاجتماعية أن سلوك (A) يتحدد كما يلي:

1. للتعرف على مدى تفاعل البيئة والسلوك والجانب المعرفي والعوامل النفسية والاجتماعية في ظهور النمط (A).
2. تحديد بعض العمليات التي تتضمن سلوك نمط (A).
3. فحص العوامل السابقة واللاحقة لسلوك النمط (A) وكذلك العوامل المشجعة على تكراره.(شكري،1991)

2 نظرية التحليل النفسي:

تنظر مدرسة التحليل النفسي للفرد من نمط السلوك (A) بإعتبار أن لديه قلقاً مرتفعاً. وتعد هذه النظرية أعراض الوسواس القهري دفاعاً يهدف إلى السيطرة على القلق وينجح بفضل قدرته على منع دخول شيء مؤلمة (للأنا) من اللاشعور الى الشعور، وتفترض أن أصحاب النمط (A) يشبعون حياتهم بالعمل بحيث لا يكون للمشاعر والأفكار الغير مرتبطة بذلك العمل أي أمل في الوصول إلى الوعي (رايت، 1990).

ترى نظرية التحليلية النفسية أن الفرد من ذوي سلوك نمط (A) شخص نشأ في أسرة يتسم فيها الأب بالسلبية والأم بالعدوانية، ومن ثم يلجأ إلى الإنجاز لتحقيق الحاجات والإشباع الانفعالي وتأكيد الذات، فهو يبحث عن الوقت المفقود، وهو أيضا مهدد انفعالياً مما يجعله يشعر أنه سوف يتعرض دائماً للفشل في الإنجاز أو فقد مكانته الاجتماعية التي وصل إليها بصورة قهرية، وتتولد لديه إحباطات أمام إشباع حاجاته الانفعالية فيتسم سلوكه بالعدوانية من أجل البقاء.

يتلخص علاج هذا النمط من وجهة نظر علماء التحليل النفسي التقليدي أمثال (روسكي) في ضرورة زيادة إدراك الفرد لتاريخه الشخصي، وأن يتعلم أن لديه القدرة على الإنجاز بالمستوى ذاته دون الشعور بأنه تحت أي ضغط ودون التعبير عن رغباته بالعدوان وبالطبع قد يرفض الشخص تقبل هذا فتظهر لديه المقاومة (شكري، 1991).

3 النظرية الإنسانية لكارل روجرز

تعتمد نظرية روجرز على فكرة ميل الكائن الحي لتحقيق ذاته، وهي نزعة أساسية تجعل الفرد يكافح ليحقق ذاته، ويحافظ على بقائها، ويزيد من قيمتها. وهنالك مصدر رئيسي واحد

للطاقة في الكائن ككل وليس لجزء منه. ومن المحتمل أنّ أفضل تصور للفرد هو تصوره ميله نحو الكمال وتحقيق ذاته وزيادة قيمته (جابر، 1986).

4 -النظرية الفسيولوجية:

إنّ ذوي سلوك نمط (A) يحاولون تبرير قلقهم وغضبهم عن طريق التنافس والجدية والصلابة، مما يعرضهم لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي، ولذا فإنهم ينكرون مشاعر القلق والغضب فيؤدي ذلك إلى تغييرات فسيولوجية ليصبح الجهاز العصبي السمبثاوي في حالة نشاط شديد، وكلما زاد القلق والغضب والتوتر زاد النشاط وزاد الضغط على الجهازين العصبي والدوري. وقد حاولت البحوث اختبار صحة هذه النظرية، حيث نظر للأفراد المتنافسين على أنهم في حالة نشاط شديد فاختيرت نتيجة لذلك مجموعتان من ذوي سلوك نمط (A) وأخرى من ذوي نمط (B) من الذكور وطلب منهم التعامل مع موقف معين أثناء الأداء أعطيت لهم بعض التعليقات فتفاعل مفحصوا سلوك (A) بطريقة توضح أن الجهاز العصبي السمبثاوي لديهم يعمل بسرعة وزادت ضربات القلب وارتفع ضغط الدم وزاد مستوى الأدرينالين في الدم على حين لم يسلك ذوو سلوك نمط (B) على أساس طريقة التفاعل ذاتها (الجارودي، 2001).

5 -نظرية الأنماط:

وفقاً لنظرية الأنماط فإن كل فرد لديه سمات شخصية ثابته نسبياً تؤثر في تعامله مع المواقف الضاغطة، وتختلف باختلاف الأفراد، فقد تم تصنيف الأفراد من حيث مدى تأثرهم بالضغوط إلى ثلاث أنماط: شخصية ذات ضغط نفسي متوسط وتشمل أغلب الأفراد، شخصية ذات ضغط نفسي مرتفع ويطلق عليها نمط (A) وشخصية ذات ضغط نفسي منخفض ويطلق عليها نمط(B). مما دفع بعض الباحثين للربط بين الضغوط النفسية والنمط (A) حيث يتسم صاحب هذا النمط بأنه متنافس وعدواني وسريع الكلام ويشعر بضغط الوقت، مما يعرضه لمستويات مرتفعة من الضغوط وعلى النقيض يكون صاحب النمط (B) فهو شخص متروي ولا يشعر بضغط الوقت وغير متنافس وينتقي لنفسه أساليب سهلة (يوسف، 2004).

التفاؤل والتشاؤم

إن تاريخ الاهتمام بدراسة التفاؤل– التشاؤم لا يتجاوز العقود الثلاثة الأخيرة من القرن العشرين، فقد نشرت في السبعينات من القرن الماضي دراسات قليلة ومتفرقة، حتى ظهر أول

كتاب أسهم في بلورة هذا المجال وكان تحت عنوان التفاعل: بيولوجية الأمل لمؤلفة تايجر (Tiger,1979).

ويرى علماء النفس في مجال الشخصية أن التفاؤل والتشاؤم عبارة عن خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية العامة للفرد والتي بدورها تؤثر على سلوكه وتوقعاته فيما يتعلق بالحاضر والمستقبل (الأنصاري، 1998).

مفهوم التفاؤل

عرف كل من شاير وكارفر Scheier & Carver (1985) التفاؤل على أنه استعداد كامن داخل الفرد للتوقع العام لحدوث أشياء جيدة وإيجابية، أي توقع النتائج الإيجابية للأحداث المستقبلية.

التفاؤل هو نظرة اشتبشار نحو المستقبل والتي تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير، ويتمنى النجاح (عبد الخالق، 1996).

ويرى فرويد كما ورد في الأنصاري (1998) أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يحدث في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقد نفسية.

مفهوم التشاؤم

قام مارشال وزملائة كما ورد في إسماعيل (2001) بتعريف التشاؤم على أنه: استعداد أو سمة شخصية كامنة داخل الفرد تجعلة يتوقع ما هو سلبي من الأحداث المستقبلية.

ويعرفة عبد الخالق (1996) بأنه: توقع سلبي للأحداث القادمة مما يجعل الفرد ينتظر حدوث ما هو سيء، ويتوقع الفشل والشر إضافة إلى خيبة الأمل.

كما نظر الفلاسفة إلى التشاؤم كمذهب فلسفي يقوم على أساس أن كل ما في الحياة شر، وأن العالم يعتريه النقص فكانت الزلازل والبراكين والجفاف والسيول والأمراض والبرد والأمطار والمصائب والحروب وإن الإنسان نفسه مفطور إما على التشاؤم أو على التفاؤل وأكثر الناس مع التشاؤم ولا يستشعر التفاؤل إلا الحمقى والأحمق هو المتفائل الذي لا مبرر لتفاؤله وإن الألم طابع الوجود وقانون الحياة (الأنصاري،2002).

وتوصلت دراسة أجراها عبد الخالق (1998) عن التفاؤل وصحة الجسم على عينة من (147) طالبة من جامعة الكويت طبق عليها مقياس القائمة العربية للتفاؤل من إعداد الباحث إلى

وجود ارتباط إيجابي بين التشاؤم والأعراض الجسمية. كما أشار (الخضر، 1999) إلى أن هناك ارتباط موجب بين التفاؤل وكل من السعادة وتقدير الذات والانبساط والتغلب على الضغوط بنجاح وحل المشكلات والنظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة وكشفت دراسة Grewen-et,al.,2000) أن النساء الأكثر تشاؤماً لديهم مستوى عال من ضغط الدم الانقباضي.

وفي دراسة (الأنصاري، 2000) الذي أعد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطالب والطالبات في الكويت أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل الواقعي. وهناك بعض المفاهيم المرتبطة بالتشاؤم منها القلق، حيث تدل الخصائص الأساسية له على توقع الأمور السلبية في شتى مجالات الحياة، ومن المفاهيم الأخرى هو اليأس الذي هو حالة وجدانية تبعث على الكآبة وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو اتجاه والمستقبل وخيبة الأمل والتعاسة (الأنصاري، 2002)

التفاؤل والتشاؤم في التراث العربي الإسلامي:

لقد عرف العرب من القدم التفاؤل أو التيمن التشاؤم أو التطّير وكانوا يحكمون على كل طائر يحكم فالزائر الذي يمر على اليمين محمود، والبارح الذي يمر على الشمل مذموم، وكانوا إذا هبت عليهم الرياح الجنوبية الآتية من ناحية اليمين وهي رياح رطبة ممطرة، تيمنوا، وإذا هبت عليهم الرياح الشمالية الآتية من الشام وهي رياح حارة جافة، تشاءموا.

ولأهمية التفاؤل في بناء الشخصية الإنسانية الفاعلية فقد دعا الإسلام إليه، وحذر من أثر التشاؤم على بنية الذات فعن أنس قال: قال رسول الله لا عدى ولا طيرة ويعني الفأل، قالوا: وما الفأل قال: الكلمة الطيبة أحسبها الفال والطيرة هي التشاؤم من شيء (ما) رواه مسم والبخاري، أن التفاؤل هوحسن ظن بالله والمؤمن مأمور بحسن الظن بالله تعالى (على كل حال)، وقد ورد ذكر الطيرة في القرآن الكريم في قوله تعالى:(فإذا جاءتهم الحسنة قالوا بنا هذه وإن تصبهم سيئة يطيروا بموسى ومن معه إلا إنما طائرهم عند الله ولكن أكثره لا يعلمون) (الأعراف، 131) وقوله تعالى: (قالوا طائركم معكم أئن ذكرتم بل أنتم قوم مسرفون) (يس: 9) وقوله تعالى (قالو أطيرنا بك وبمن معك قال طائركم عند الله بل أنتم قوم تفتنون) (النمل: 47)

وقد أكد القرآن الكريم في أكثر من آية على التفاؤل وعدم التشاؤم فمن تلك الآيات القرآنية قوله (قالوا إنا تطيرنا بكم) (يس: 18) (قالوا أطيرنا بك وبمن معك)(النمل: 47)، وهي تستعمل الخير والشر، والقرآن الكريم يهدي الإنسان إلى التوفيق، وينعم عليه بالأمن الداخلي ويصلح قلبه فيمسح عنه القلق والتشاؤم، لأنه يحدد له الهدف من الحياة، فلا يشعر ليحققه يعمل متحدد

ومستمر ينشط تجعله في اعتدال عند التعامل مع كل الأمور في العمل والعلاقات فيحصل على التوفق النفسي.

وأكد القرآن الكريم على التفاؤل وتيسير الأمور، فمن الآيات قوله تعالى: (فإن مع العسر يسرا) (سورة الانشراح آية 5-6)، وقوله (يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر) (سورة البقرة: آية 85).

وهناك العديد من الأحاديث النبوية التي تناولت موضوع التفاؤل أو التشاؤم ففي الفأل تقوية العزم، وبات على الجد، ومعونة على الظفر، فقد تفاءل رسول الله في غزواته وحروبه.

وعن أنس: عن النبي قال (لا عدوى ولا طيرة ويعجبني الفال الصالح الكلمة الحسنة).

وقال الإمام علي (العين حق، والرقي حق، والفأل حق، والطيرة ليست بحق. والعدوى ليست بحق والطيب نشره والركوب نشره، والنظر إلى الخضرة نشرة)، فما وصف بالحق أي له وجود، أما الطيرة، وتعني التشاؤم فليست بحق ولا وجود لها.

العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم:

العوامل المحددة لدرجات الأفراد في كل من التفاؤل والتشاؤم:

1 -العوامل البيولوجية:

وتتمثل بالعوامل الوراثية والتي لها دور فعال في تحديد كل من سمة التفاؤل والتشاؤم للفرد. (الانصاري، 1998)

كما وأكد علماء الانثروبولوجيا أن للوراثة أثراً كبيراً في التفاؤل الفمي (المتمثل في غزارة الرضاعة والفطام المتأخر) والتشاؤم الفمي (المتمثل في قلة الرضاعة والفطام المبكر)، فالتفاؤل بشكل عام قد ينشأ عن نشاط وقوة الفرد العقلية والعصبية، أما التشاؤم فقد ينشأ من ضعف النشاط وضعف القوة العصبية ووهن في الرقابة العقلية، ومن دراسة لفريق علمي في جامعة ستانفورد الامريكية قد بينت أن هناك بعض التغيرات في طريقة عمل الدماغ يمكن من خلالها الفصل بين الشخصية المتفائلة والشخصية المتشائمة، وذلك من خلال دراسة لمجموعة من النساء تراوحت أعمارهن بين 19 و 42 سنة، فقد قسمت هذه المجموعة الى مجموعتين، المجموعة الاولى تضم النساء المتفائلات والمجموعة الثانية النساء المتشائمات والعصبيات القلقات، وقد عرض العلماء على المجموعتين صوراً لمشاهد مفرحة وصوراً لاحداث محزنة وعند العرض قام العلماء بقياس نشاط النساء في عدة أماكن من الدماغ، فلاحظوا عند العرض الاول (الصور المفرحة) أن النشاط وقوة الاستجابة عند النساء المتفائلات كانت أقوى مما لدى

النساء القلقات المتشائمات، بينما لاحظوا ان في أدمغة النساء المتشائمات نشاطاً غير عادي غير موجود في أدمغة النساء المتفائلات عند عرض الصور المحزنة. (عرفات، 2009)

2- المواقف الاجتماعية المفاجئة:

فالفرد الذي يصادف في حياته بعض المواقف العصيبة المحبطة والمفاجئة يميل إلى التشاؤم، فالتعرض للضغوط النفسية والمواقف الصادمة والأمراض الجسمية قد يكون له أثر بالغ على حالة الفرد النفسية وتوقعاته ونظرته للمستقبل والتي قد يشوبها التشاؤم وفقدان الأمل.

وقد كشفت العديد من الدراسات كدراسة عبدالخالق (2000) عن وجود علاقة وثيقة بين الصحة الجسمية والتفاؤل، وبين الأعراض والشكاوي الجسمية والتشاؤم.

3- التنشئة الأسرية:

تلعب أساليب التنشئة التي تتبعها الأسرة في تربية أبنائها دوراً هاماً في نمو أبنائها، فكلما كانت عملية التنشئة إيجابية وتشعر الطفل بأهميته وقيمته واحترامه وتقديره، وبأنه مرغوب فيه، كلما كان الطفل أكثر توافقاً وتفاؤلاً، فالأسرة التي يسودها السلام والاستقرار تعكس جواً يسوده الحب والتفاؤل، بينما الأسرة التي يسودها جو من التوتر وعدم الاستقرار والمشاحنات والخلافات والتفكك قد ينعكس سلباً على شخصية الطفل ونظرته للحياة والتي قد تتسم بالتشاؤم (عبد الخالق، 2000).

4- مستوى التدين:

إن المتدينين يميلون إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلاً من غير المتدينين، فقد يكون نقص التدين عاملاً مسهماً في التشاؤم، وقد حاولت بعض الدراسات أن تتخذ من درجة تدين الفرد متغيراً هاماً في الكشف عن التفاؤل والتشاؤم، فقد كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود علاقة دالة إيجابية بين التفاؤل والتدين وسلبية بين التشاؤم والتدين كدراسة (عبدالخالق 2000) حيث وجدت أن غير المتدينين أكثر تشاؤماً من المتدينين.

5- العوامل السياسية:

وتشمل الحروب النفسية والعسكرية وما تلحقه من صراع والاضطراب النفسي، فضلاً عن استغلال التطور وتقدم المخترعات لهيمنة الدول على غيرها.إضافة إلى الاختلافات الثقافية والحضارية والاجتماعية السائدة في أي مجتمع، وما تسببه من نشأة الاضطرابات في العلاقات الإنسانية الذي يولد الانعزال الوجداني والفقر العاطفي والشعور بفراغ الحياة وفقدان الاتزان النفسي، فيشعر الفرد إنه عاجز ضعيف مهدد لا يجد من يحميه، فيقع فريسه الهم والقلق النفسي،

كل ذلك يؤدي إلى صراعات نفسية لا تلبث أن تصبح مظاهر سلوكية لدى الفرد كالخوف من المستقبل والتشاؤم والشعور بالنقص والتردد والشك (طه، وعلي خان، 1990).

6 -العوامل الاقتصادية:

يشير Raseel (1989) كما ورد في الأنصاري (1998)، بأن التراجع الإقتصادي المستمر الذي يقلل من إمكانات الاستخدام والعمل في معظم الدول الغربية منذ أواخر السبعينات من القرن العشرين، قد أثر دون شك على أهداف الحياة، التي يضعها صغار الشباب لحياتهم، ونظراً للشك في المستقبل فمن المتوقع بوجه عام أن يطور صغار الشباب لحياتهم، اتجاهات متأثرة بهذه الظروف فيصبحون مترددين جداً بشأن وضع خطط لحياتهم ولا سيما في مجال العمل مما يؤثر بلا ريب على معدلات التشاؤم والتفاؤل لديهم (الأنصاري، 1998).

النظريات التي تناولت مفهومي التفاؤل والتشاؤم:

تنوعت النظريات حول تفسير التفاؤل والتشاؤم وتعدد الباحثون والمهتمون بدراستها ومن هذه النظريات:

1 -نظريات الأنماط:

يعد هيبوقراط من أوائل الذين ركزوا على العلاقة ما بين التركيب الجسمي والحالة المزاجية للفرد، فهو يرى أن هناك أربع أنواع من السوائل في الجسم وهي: السوداء، الصفراء، الدم، البلغم، ويقابل كل سائل نمط معين من أنماط الشخصية، وقام بتقسيم الشخصية إلى أربع أنماط تبعاً للسائل السائد في جسم الإنسان وهذه الأنماط هي:

1 -المزاج الدموي: ويتصف صاحب هذا المزاج بأنه سهل الاستثارة، متفائل، مرح، نشيط، سريع الاستجابة، وسريع التقلب، ومتحمس.
2 -المزاج الصفراوي: ويتصف صاحبه بأنه شديد الانفعال، عنيدن طموح، جاد، حاد الطبع، سريع الاستثارة والغضب.
3 -المزاج السوداوي: وصاحبة بطيء التفكير، ويتميز بالانفعال القوي، ويميل إلى الانطواء، التشاؤم، والاكتئاب.
4 -المزاج البلغمي أو اللمفاوي: ويتصف صاحبه ببطئ الاستثارة، الخمول والتبلد الانفعالي.

ويرى هبيوقراط أن الشخصية السوية تكون نتيجة لتوازن الأنواع الأربعة من الأمزجة وتكافئها، وأن الاضطراب النفسي ينتج عن غلبة أحد هذه الأمزجة على البقية (ابوحميدان وآخرون، 2014).

نظرية السمات

نظرية السمات وثيقة الصلة بنظرية الأنماط، بل يمكن القول أن النمط إنما هو سمة عامة أو سمة غالبة، وسيكولوجية السمات شأنها شأن نظرية الأنماط تميل بصورة عامة إلى توكيد ما هو بيولوجي وما هو فطري (مخيمر، 1968) والسمة افتراض عقلي وليست شيئاً نلاحظه مباشرة هناك بعض العلماء الذين يرون أن التحكم على الشخصية يكون بدراسة جميع سماتها وتعتمد هذه النظرية على فكرة ثبات الشخصية فالشخصية الواحد يسلك سلوكاً متشابهاً في المواقف المتشابهة، فالشخص الواحد يسلك سلوكاً متشابهاً في المواقف المتشابهة كذلك تعتمد هذه النظرية على اختلاف الأفراد فيما يملكون من سمات (عيسوي، 1980).

نظرية آيزنك

كان توجه أيزنك نحو الأنماط أمراً ملحوظاً حيث أن مفهوم الطرز والأنماط يحتل مكانة مركزية في نظريته، فهو يعرف السمة بأنها "تجمع ملحوظ من النزاعات الفردية للفعل"، ويعرف الطرز بأنه" تجمع ملحوظ أو سمة ملحوظة من السمات". أي أن الطرز نوع من التنظيم أكثر عمومية وشمولاً ويضم السمة بوصفها جزءاً مكوناً. وقام ايزنك بتحليل الشخصية إلى بعدين أساسيين هما بعد الانبساط – الأنطواء وبعد الانفعال – الاتزان، وإمكانية تحديد أنماط الشخصية بتقاطع هذين البعدين المتصلين عومدياً. وينطوي ذلك على أن كل شخص لابد وأن يكون له مكان محدد على كل بعد من هذه الأبعاد (عيسوي، 1986).

وقد وصف ايزنك نموذجاً للمنبسط والمنطوي. فالأول يميل إلى التفاؤل والابتهاج ويهون الأمور بكل بساطة وبلا تعقد، أما المنطوي فتمر وشكاك وقلق ويهول الأمور ومكتئب.

2 -نظرية التحليل النفسي

يرى فرويد أن الشخصية تتكون من ثلاث نظم أساسية:

الهوا (Id) والأنا (Ego) والأنا الأعلى (Super Ego) وبالرغم من أن كل نظام من هذه النظم الثلاثة له وظائفه وخصائصه ومكوناته التي يعمل وفقاً لها وله أيضاً مكانزماته الخاصة فإنها جميعاً تتفاعل معاً بحيث يصعب فصل تأثير كل منهما. وأن السلوك هو محصلة تفاعل هذه النظم (هول وليندري، 1978).

وتمر الشخصية أثناء نموها وبناءها بعدد من المراحل حيث أنه أشار إلى أن تثبت الشخصية نحو المرحلة الفمية ذات الإشباع الزائد الليبدو (الأكل والشرب) تتسم بالتفاؤل والانفعال والمواقف المتجه نحو الاعتماد على العالم الخارجي، فالذي أشبع بشكل مفرط في طفولته سيكون عرضته للتفاؤل المفرط والاعتماد على الآخرين أما إذا أحبطت اللذة الفمية فإن الشخصية الفمية تتسم بالسلوك الذي يميل إلى الكره والعداء للآخرين والتشاؤم. والذي يتوقف نموه في هذه المرحلة يكون عرضة للإفراط في هذا التشاؤم (شلتز، 1983).

3 -النظرية الاجتماعية

يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن بناء شخصية الفرد يتكون من التوقعات والأهداف وفعاليات الذات. حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة والذي يتم في ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم. لذلك فإن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم لبعض المواقف، وبناء على ذلك فقد ينجح بعض الأفراد في أداء بعض المهمات في بعض المواقف، ومن ثم تتكون لديهم توقعات إيجابية للنجاح في المستقبل إزاء هذه المواقف وكثيراً ما يتطلب عليهم التفاؤل على حين قد يفشل بعض الأفراد في النجاح في أداء بعض المهمات، ومن ثم تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه هذه الأمور والمواقف، وكثيراً ما يتطلب عليهم التشاؤم وبهذا يختلف الأفراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل. أي أن نظرية التعلم الاجتماعي تؤكد على أن سلوك الفرد تحدده اعتقادات أو توقعات أكثر من المعطيات الواقعية، أي أننا نتصرف ليس طبقاً للواقع، ولكن طبقاً لإدراكنا لهذا الواقع (ربيع، 2013).

4 -النظرية المعرفية:

تناول سلجمان مفهومي التفاؤل والتشاؤم حيث أشار في كتابه التفاؤل المتعلم (Learned optimism) إلى أن التفاؤل يمكن تعلمه، فنحن لسنا متفائلين بالفطرة، أو متشائمين بالفطرة. والمتفائل يعتقد أن الإحباط وخيبة الأمل هما تحديان وإعاقتان مؤقتتان لن تهزماه بعكس المتشائم.

وقد استخدم سليجمان أسلوباً يدعي إعادة البناء المعرفي (Cognitive Restructuring) والذي يتضمن تحديد أنواع الأفكار والمعقدات السلبية الاعتيادية لدى الأفراد، ثم تعديلها وذلك بالتأكيد على عدم منطقيتها والرغبة في تعديلها، وإحلال أخرى مكانها تفاؤلية منطقية تساعدهم في تفسير حالتهم المزاجية السلبية إلى أخرى إيجابية (Seligman, 1990).

استخدم سلجمان وزملاءه مفهوم جديداً في تفسير الأحداث التي يتعرض لها الفرد أطلق عليه أسلوب التفسير التشاؤمي (Pessimistic Explanatory style) من خلال التطور الذي

أدخله حديثاً على نظريتهم في أسلوب التفسير (Explandtory style) (Seligman, 1991) (Peterson, et. Al. 1988)

وقد أوضح كل من يفرسون وسلجمان أن لأسلوب التفسير التشاؤمي ثلاث أبعاد هي:

1 - التفسير الداخلي Internal Explanation: وهو يشير إلى الذات.
2 - التفسير الثابت Stable Exlonation: ويشير ذلك إلى اقتناع بأن الأسباب ستظل ثابتة دائماً.
3 - التفسير الشامل Global Exlonation: ويعد هذا التفسير إلى تعميم أثر الأحداث (Peteron, et. Al. 1988)

يؤكد سليجمان على أن أسلوب التفسير التشاؤمي يؤدي إلى الوقوع في العجز والاكتئاب عندما يواجه الفرد أحداثاً لا يستطيع التحكم فيها فيضخم الحالات النفسية (Seligman, 1990).

5 نظرية شاير وكارفر Scheier& Carver

التفاؤل والتشاؤم في رأيهما سمة من سمات الشخصية، والتي تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والأوقات المختلفة ولا تقتصر على بعض المواقف (Scheier& Carver, 1985)، حيث يرى شاير وكارفر أن التفاؤل صفة مهمة في الشخصية تتضمن توقعات عامة حول المستقبل، ويقع الأفراد على خط متصل من المتشائمين (الذين يتوقعون بشكل عام أشياء سيئة ستحدث) على أحد طرفي ذلك المستقيم، إلى المتفائلين (الذين يتوقعون بشكل عام أشياء حسنة ستحدث) على الطرف الآخر.

حيث يعرفان التفاؤل على أنه النظرة الإيجابية المستقبل فضلاً عن الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيئ. كما يبرهنان على وجود علاقة بين التفاؤل والصحة البدنية، حيث أن التفاؤل يوظف استراتيجيات فعالة لدى الفرد للتغلب على الضغوط والإحباطات الواقعة عليه. ويضيف شاير وكارفر بأن التفاؤل يرتبط بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف معين. لذلك يعتقد أن التفاؤل يحدد للناس الطريقة لتحقيق أهدافهم.

وقد طور شاير وكارفر نظريتهما عن مفهومي التفاؤل والتشاؤم بوصفهما جزءاً من نظريتهما في الضبط للوظيفة الموجه نحو الهدف (Directed Functioning) Contiol Theory Gool ويفترضان أن الانفعال لا يرتبط فقط بالخبرة الخاصة بمدى الحركة نحو الأهداف أو بعيداً عنها، بل بالتوقعات المتعلقة بالنتائج، وعلى هذا فالانفعالات الإيجابية ليست مرتبطة بالتقدم نحو الهدف فقط ولكن بالتوقع الإيجابي لنتائج ذلك التقدم (المشاعر التفاؤلية)

وعلى العكس من ذلك نجد المشاعر السلبية المرتبطة بالتوقع السلبي ذلك التقدم (المشاعر التشاؤمية) وقد أعطى شاير وكارفر وآخرون نواح عدة يمكن التفرقة فيها بين المتفائلين والمتشائمين، فالمتفائلين يستخدمون إستراتيجية مواجهة متمركزة على المشكلة، وتستند إلى العاطفة والاستعانة بالمرح والصياغة الإيجابية للموقف الذي يواجهونه. في حين يميل المتشائمون إلى المواجهة من خلال الرفض الظاهر وعدم الاهتمام بالناحية العقلية والسلوكية بالأهداف التي تعترضها المؤثرات، بغض النظر عما إذا كانت الحلول ممكنة للمشكلة أم لا. فالشخص المتشائم يبعد نفسه عن تلك المواقف والأهداف التي تعترضها المؤثرات (Schereir& Carver,1998).

إذن التفاؤل والتشاؤم هما سمتان من السمات الشخصية، وبما أن الشخصية هي مجموعة مترابطة ومتداخلة من المظاهر والصفات والسمات، تم ربط نمط السلوك (أ) مع التشاؤم بناءاً على الخصائص السلوكية للنمط (أ)، وفيما يلي عرض لهذه الخصائص يتميز صاحب النمط (أ) بأن استجابته انفعالية عدوانية واندفاعية، والحركات الجسمية سريعة لديه، وإحساسه بنفاذ الصبر ومرور الوقت سريعاً، والاهتمام الزائد بالمواعيد، وهو صاحب ميول تنافسي، ويسعى دائماً إلى التفوق في الأعمال وانجازها في اقل وقت، ب التالي هم أكثر عرضة لحدوث النوبات القلبية، حيث أن هؤلاء الأفراد دائماً يكونون في توتر ويضعون أنفسهم تحت ضغوط نفسية هائلة ومستمرة والازدواجية بالعمل أو التخطيط أو التفكير.

كما أنهم لا يتقبلون الفشل، فهم لا يقبلون الحلول الوسط، بالتالي أسلوب حياتهم والتوتر يقودهم إلى الشعور بالفشل لو أنهم لم ينجحوا بالقيام بعمل مما يؤدي بهم للشعور بالخذلان، وتهويل المواقف وتوقعات سلبية وبالتالي إلى مشاعر تشاؤمية.

في حين أن نمط السلوك (ب) عكس نمط السلوك (أ)، فهو نمط غير تنافسي، صبور وهم منسجمون مع بيئتهم، وعدم شعورهم بالغضب الدائم، والاستثارة، ينشأ داخله الشعور بالسلام، وهو أكثر تحرراً من العدوان، لديه وقت للاسترخاء والمشاركة بالأنشطة الترويحية، غير منافسين، اقل عرضة لأمراض القلب، وكما هو معروف وجود علاقة بين التفاؤل والصحة البدنية، وبما أن التفاؤل يعني توظيف استراتيجيات فعالة للفرد لكي يتغلب على الضغوط والإحباطات التي تواجهه فالأفراد من نمط السلوك (ب) بناءاً على خصائصهم توقعاتهم ايجابية ويوجد لديهم انسجام واتساق مع أنفسهم والمجتمع حولهم، وبالتالي تستطيع القول أن الأفراد ذوي نمط السلوك (ب) هم أشخاص متفائلون.

الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات العربية

أجرى العنزي والمشعان (1998) دراسة بعنوان: العلاقة بين الشخصية الفصامية والتفاؤل والتشاؤم، وهدفت الدراسة إلى فحص الارتباط بين الشخصية الفصامية والتفاؤل والتشاؤم. تكونت عينة الدراسة من (463) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي وجامعة الكويت. تم تطبيق مقياس الشخصية الفصامية، والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم. توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط دال سلبي بين التفاؤل والشخصية الفصامية لدى الجنسين.

قام بركات (1998) بإجراء دراسة عنوانها: سيكولوجية الشخصية: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي كالنوع الاجتماعي والعمر والحالة الاجتماعية والتخصص الدراسي ونوع العمل ومكان السكن وقد استخدم الباحث مقياس سيلكمان للتفاؤل والتشاؤم على عينة مكونة من (254) طالب ذكرا، و 152 أنثى، وقد توصلت النتائج إلى أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى إلى متغيرات التخصص ونوع العمل ومكان السكن، بينما لم تتوصل نتائج هذه الدراسة من جهة أخرى إلى وجود فروق جوهرية بخصوص متغيرات النوع الاجتماعي والعمر والحالة الاجتماعية كما نوقشت نتائج الدراسة واقترحت بعض التوصيات أهمها تعزيز وجهة النظر المتفائلة لدى الأبناء والتلاميذ.

هدفت دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998)، للتعرف إلى سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعدي الشخصية والانبساط والعصابية، والتعرف على أثر متغير (النوع الاجتماعي) وكانت عينة الدراسة (220) طالباً وطالبة، وكشفت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التفاؤل والانبساطية، واوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التشاؤم والعصابية، وكانت سلبية مع الانبساطية، واظهرت النتائج وجود فروق في التفاؤل بين الذكور والاناث لصاح الذكور، حيث اظهرت النتائج أن الذكور اكثر تفاؤلاً فيما الاناث اكثر تشاؤماً.

كما أجرى حمدان (1999) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين، إضافة إلى معرفة أثر متغيرات

كل من النوع الاجتماعي، نوع فرع الثانوية العامة، والمستوى التعليمي للأب والمستوى التعليمي للأم، وعمل الأب وعمل الأم، ومكان المدرسة، وعدد أفراد الأسرة، والترتيب الولادي للطالب في الأسرة، وعدد غرف المنزل، ونوع المدرسة على سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم. تكونت عينة الدراسة من (563) طالب وطالبة منهم (297) ذكور و(266) إناث. تم استخدام مقياس سيليجمان للتفاؤل والتشاؤم، وتوصلت الدراسة إلى أن طلاب المدارس كانوا متفائلين ولكن بدرجات قليلة، ولم تتوصل لدراسة إلى وجود فروق في التشاؤم والتفاؤل تعزى لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي للأب، المستوى التعليمي للأم، عمل الأب، عمل الأم، مكان المدرسة، عدد أفراد الأسرة، وعدد الغرف في المنزل). بينما توصلت الدراسة إلى فروق في التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات (نوع فرع الثانوية العامة لصالح الفرع الأدبي، والترتيب الولادي في الأسرة، ونوع المدرسة لصالح المدارس المختلطة.

وأجرى عبد الخالق(1999) دراسة عن العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم ونمط السلوك (أ) لدى عينة من طلبة جامعة الكويت. تكونت العينة من (235) طالب وطالبة.وتم تطبيق القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، والمقياس العربي لنمط السلوك (أ). توصلت الدراسة الى وجود ارتباط ايجابي بين نمط الشخصية (أ) والتفاؤل،بينما لم تصل الى ارتباط ذودلالة بين نمط السلوك (أ) والتشاؤم.

قامت الطراونة (2006) بإجراء دراسة بعنوان:علاقة التفاؤل والتشاؤم بأبعاد الشخصية لدى المتقاعدين العسكريين في الأردن، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة التفاؤل والتشاؤم ببعد الانطواء–الانبساط والتي تعزى لمتغيرات مثل: الدخل الشهري، الرتبة العسكرية والمستوى التعليمي. تكونت عينة الدراسة من (736) متقاعداً عسكرياً منهم (384) ضابط و (352) فرد. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام قائمة ايزنك للشخصية، ومقياس سيليجمان للتفاؤل والتشاؤم. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والانبساط وبين التشاؤم والانطواء. كما وجدت الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التفاؤل والتشاؤم والمستوى التعليمي، والدخل الشهري.

أجرى الضريبي (2010) دراسة بعنوان: أساليب مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بنمطي الشخصية (أ– ب) لدى أطباء الجراحة القلبية والعصبية والعامة" حيث هدفت الدراسة إلى تعرف درجة الضغط النفسي، وتعرف أساليب المواجهـــة التـــي يستخدمها الأطباء، وقد أجريت الدراسة على (152) طبيباً وطبيبة، وقد استخدم لهذا الغرض قائمة أعراض الضغوط (leatz) ،

واستبانة أساليب مواجهة الضغوط النفسية، واستبانة نمطي الشخصية .A-B وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة الضغط النفسي ونمط الشخصية A ، كما أشارت إلى أن أفراد العينة لديهم درجة متوسطة من الضغط النفسي، ويرجع ذلك إلى استخدامهم أساليب فعالة في مواجهة الضغط النفسي مثل أسلوب حلّ المشكلة، والمواجهة الفعالة .كما خلصت الدراسة إلى ضرورة إعداد برامج لإدارة الضغوط النفسية في العمل.

وقد هدفت دراسة (الوائلي، 2012) إلى التعرف على مستوى المعنى في الحياة لدى طلبة جامعة بغداد على مقياس المعنى في الحياة والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى معنى الحياة والتعرف على مستوى نمط الشخصية (A,B) والتعرف على العلاقة بين المعنى في الحياة ونمط الشخصية لديهم، وذلك تبعا لمتغيرات النوع الاجتماعي على المقياس المعرب من قبل الباحثة (A,B) والتخصص علمي -إنساني، وتطبيقه على طلبة جامعة بغداد، والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى نمط الشخصية وقد استخدمت الباحثة مقياس المعنى في الحياة المعرب والمكيف على البيئة العراقية، وقد أظهرت النتائج إن طلبة جامعة بغداد يتمتعون بمستوى في المعنى في الحياة ووجود فوق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور، ولا توجد فوق ذات دلالة على مقياس المعنى في الحياة تبعا للتخصص علمي، إنساني، ولا يوجد فوق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغيرات (الذكور – الإناث والتخصص(ذكور -إناث (A) (الطلبة إلى النمط على ضوء النتائج توصلت الباحثة إلى بعض التوصيات والمقترحات (A,B) .على مقياس نمط الشخصية.

وأجرى كل من (Mahasneh, Al-Zoubi & Batayeneh, 2013) بعنوان: الارتباط ما بين التفاؤل والتشاؤم وسمات الشخصية بين طلاب الجامعة الهاشمية. هدفت الدراسة إلى التعرف على الارتباط بين التفاؤل والتشاؤم وسمات الشخصية (الانبساط، الانطواء، الاستقرار الانفعالي والعصابية)، وهدفت أيضاً إلى تحديد نسبة انتشار التفاؤل والتشاؤم بين أفراد العينة تبعاً لمتغيرات: النوع الاجتماعي، التخصص الأكاديمي، المستوى الدراسي، والمعدل الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من (534) طلاب الجامعة الهاشمية في الفصل الصيفي للعام2011/2010. توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي ذو دلالة إحصائية بين التفاؤل والانبساطية، ووجود ارتباط سلبي بين التشاؤم والانبساط والانطواء. ووجدت الدراسة فروق ذات دلالة إحصائي بين الذكور والإناث في سمة التفاؤل لصالح الذكور.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

هدفت دراسة (Liorente, 1986) إلى مقارنة سلوك نمطي (A,B) في العصابية والانبساط، وتكونت عينة :٩٥٦من الذكور و(٦٤٧) من الإناث من طلبة الكليات الاسبانية، ومن الأدوات استخدم مقياس مسح جينكيز للنشاط ومقياس الشخصية لايزنك، وأظهرت النتائج أن الأشخاص ذوي نمط (A) المعرضة للإصابة بالشريان التاجي كان لديهم مستويات عالية من العصابية والانبساط عن الأشخاص ذوي نمط (B)غير المعرضين للشريان التاجي، وأظهرت الإناث ميلا اكبر لإظهار مشاعرهن وهو متوقف على العصابية، بينما اظهر الرجال ميلا اكبر لاعتناق سلوكيات الدخول في منافسات حادة والسعي للانجاز المهني، وهو ما يتفق مع مكونات سلوك النمط الشخصي.

أما دراسة (Morrison & others, 1991) فقد هدفت الدراسة إلى تقصي العلاقة بين استخدام عدد من النماذج لحل المشكلات الأكاديمية، وبين مفهوم الذات والتفاؤل والتشاؤم تحت ظروف من الضغط النفسي والقلق التدريبي، واشتملت عينة الدراسة على 209 طلاب من الطلبة الجامعيين الذين يسكنون في مجمعات سكنية داخلية، وقد نتج عن ذلك بأن أظهر الطلبة ذوي التشاؤم المرتفع قدرة أقل على استخدام النماذج المختلفة لحل المشكلات الأكاديمية كلما صعبت مستويات الضغط النفسي والقلق، بينما أظهر الطلبة ذوي التفاؤل المرتفع قدرة أكبر على استخدام هذه النماذج لحل المشكلات الأكاديمية في حالة ارتفاع مستويات الضغط النفسي والقلق، كما أظهر الطلبة ذوي التفاؤل المرتفع قدرة أكبر على استخدام النماذج المختلفة لحل المشكلات الأكاديمية وعلى مدى فترات زمنية أطول وتحت ظروف ضاغطة مقارنة بالطلبة ذوي التشاؤم المرتفع.

وفي دراسة (Peterson. 1993) قام بمتابعة (122) مريض من مرضى القلب على مدار 8 سنوات بعد الإصابة الأولى للقلب، حيث طبق عليهم اختبار سيلكمان للتفاؤل والتشاؤم على فترات متتابعة، وبعد استخراج عينتين متطرفتين على هذا المقياس تمثلت الأولى بالتفاؤل المرتفع وعددها(25)، والثانية تمثل التشاؤم المرتفع وعددها (25)، وقد اشارت النتائج الى ان (6) فقط توفوا على مدار السنوات الثمانية من مجموعة المرضى المتفاؤلون، بينما توفي في نفس هذه الفترة(21) مريض من المرضى ذوي التشاؤمين المرتفع.كما اشارت النتائج إلى أن المرضى ذوي التفاؤل المرتفع كانوا يدخلون غرفة العمليات بروح معنوية اعلى ويستجيبون للعلاج بشكل افضل من المرضى ذوي التشاؤم المرتفع.

جاءت دراسة (Seligman, 1994) بعنوان: ما يمكنك تغييره وما لا يمكنك؟، وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن استجابات السلوك التفاؤلي والتشاؤمي لدى طلبة جامعة بنسلفانيا، حيث استخدم فيها مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم، وقد توصلت إلى عدد من النتائج أهمها أن الطلبة الجدد أظهروا ميلاً نحو سمة التفاؤل بشكل أفضل من الطلبة القدامى، وأن سمة التفاؤل تساعد على الإنجاز والتحصيل بشكل أفضل من سمة التشاؤم.

وبالنسبة إلى دراسة (Kolotkin, 1994) فقد جاءت هادفة إلى التعرف على الفروق بين الأفراد بخصوص عدد من المتغيرات وسمات الشخصية وقام كولكتين باستخدام مجموعة من الاختبارات النفسية كان منها مقياس سيلكمان للتفاؤل والتشاؤم، ومن بين النتائج التي تكشفت عنها هذه الدراسة إن الطالبات أكثر نزوعا نحو سمة التشاؤم مقارنة بالطلبة الذكور الذين اظهروا ميلا اكبر نحو سمة التفاؤل.

وهدفت دراسة (Hargens & Kelly,1994) إلى تحديد سمات الشخصية الهامة لانجاز الأعمال الدراسية وعملية التكيف الاجتماعي والانفعالي للطلبة، وهي دراسة مسحية استخدمت على عينة من طلبة الكليات المتوسطة والجامعية في أمريكا، وتوصل الباحثون فيها إلى ان تباين المتوسطات الحسابية لاستجابات الطلبة على مقياس التفاؤل والتشاؤم مستقرة نحو نزوع عينة الدراسة لسمة التفاؤل، وان سمة التشاؤم ذات تأثير سلبي على أداء الأعمال الدراسية وعملية التكيف الدراسي.

وفي دراسة لكوزمي (Koizumi ,1995) بعنوان: مشاعر التفاؤل والتشاؤم في انتقال الطلاب اليابانيين للمدارس الإعدادية، حيث هدف فيها إلى التحقق من مدى توافر سمة التفاؤل والتشاؤم لدى عينة مكونة من 584 طالب وطالبة من الطلبة اليابانيين وعند استخدام مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم، وقد توصلت الدراسة أن هناك انخفاض متوسط درجات الطلبة على سمة التفاؤل وارتفاع متوسط درجاتهم على سمة التشاؤم، وانسحبت هذه النتيجة على الطلبة الذكور والإناث

ودراسة (Edward , 1996) هدفت إلى المقارنة بين مجموعتين من الطلبة الأمريكيين عن بعد الشخصية التفاؤل التشاؤم.واشتملت عينة الدراسة على مجموعتين تكونت الأولى من (111) طالب وطالبة أمريكي من اصل اسيوي، وتكونت الثانية من (111) طالب وطالبة أمريكي من أصل قوقازي. وقد قام الباحث باستخدام مقياس سيلكمان للتفاؤل والتشاؤم، وقسمت عينة الدراسة المجموعات تبعا لفئة العمر والنوع الاجتماعي، وقد توصلت إلى أن الطلبة الأمريكيين من أصل أسيوي اظهروا ميلا اكبر نحو سمة التشاؤم مقارنة بالطلبة من الأصل القوقازي، كما اظهر الطلبة

الأصغر عمرا بشكل عام ميلا نحو سمة التفاؤل أفضل من الطلبة الأكبر عمرا، وقد اظهر الذكور في كلا مجموعتي الدراسة ميلا نحو سمة التفاؤل أفضل من الطالبات.

وقام كل من أوشي وكاموري (Oishi&Kamimura,1999) بدراسة هدفت إلى التعرف على الاستجابة الفسيولوجية ونمطي (A,B) ولتحقيق هذا الهدف اختير(٦٠) فردا وأجري عليهم امتحان تنافسي في الرياضيات، بإعطائهم واجبا ذهنيا يستمر لمدة خمس دقائق وأثناء هذه المدة تسجل عدة متغيرات فسيولوجية منها استجابة البشرة، واستجابة التنفس، ورمش العيون ودقات القلب فوجدت فروق واسعة لاستجابة أفراد نمط (A) أكثر من نمط(B).

وتهدف دراسة (Bannett & other) إلى معرفة العلاقة بين اتجاهات طلبة في كلية طب الأسنان نحو المرضى، واشتملت عينة الدراسة على (181) طالب وطالبة مقسمين إلى مجموعتين تبعا لدرجاتهم على بعد الشخصية التفاؤل التشاؤم وانتهت إلى نتائج كثيرة منها إن الطلبة المتمثلين بهذه الدراسة اظهروا نزوعا قليلا نحو التفاؤل، ومع ذلك فقد اظهر الطلبة ذوي التفاؤل المرتفع اتجاهات ايجابية نحو مهنة طب الأسنان.

التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة وجود عدد من الدراسات التي تناولت مفهومي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بعدد من المتغيرات الديموغرافية مثل النوع الاجتماعي، التخصص الاكاديمي، المعدل التراكمي، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، تمت ملاحظة اختلاف نتائج الدراسة التي اهتمت بدراسة التفاؤل والتشاؤم في ضوء النوع الاجتماعي، فبعض الدراسات اظهرت نتائجها أن الذكور اكثر تفاؤلاً واقل تشاؤماً من الاناث، في حين اظهرت دراسات أخرى فروقاً في التفاؤل ولم تكشف عن وجود فروق في التشاؤم، إلا أنه لا توجد دراسة تناولت مستويات التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بنمط السلوك (أ) و (ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية وهو ما يميز الدراسة الحالية. واستخدمت الدراسة أدوات قياس يستفاد منها في الدراسات الاخرى، وفتحت الباب لاجراء دراسات تبحث في ربط نمط السلوك (أ) و (ب) بمتغيرات أخرى وخصائص أخرى مثل اساليب مواجهة الضغط النفسي، والثقة بالنفس، وتطبيق ذلك على عينات مختلفة.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل مجتمع الدراسة وعينتها وتصميم البحث وأدوات الدراسة متضمنة الصدق والثبات لكل أداة إضافة إلى إجراءات الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من طلاب الجامعة الأردنية بلغ عددهم (40000) طالباً وطالبة من مختلف التخصصات والمستويات الدراسية المسجلين خلال الفصل الثاني من العام الدراسي 2015/2014.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من عينة متاحة من طلاب الجامعة الأردنية بلغ عددها (362) طالب وطالبة (150) ذكور وبنسبة (41.4%) و (211) إناث وبنسبة (58.3%). بلغ عدد الطلاب في السنة الدراسية الأولى (105) وبنسبة (29%) أما الطلاب من السنة الثانية فكان عددهم (86) وبنسبة (23.8%) و(98) لطلاب السنة الثالثة وبنسبة (27.1%) أما الطلاب من السنة الدراسية الرابعة وما فوق فقد بلغ عددهم (67) وبنسبة (18.5%).

بلغ عدد الطلاب من الكليات العلمية (121) وبنسبة (33.4%) أما الطلاب من الكليات الإنسانية فقد بلغ عددهم (229) وبنسبة (63.3%). والجدول رقم (1) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة.

الجدول رقم (1) توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لبعض المتغيرات الديموغرافية

		التكرار	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	ذكور	150	%41.4
	اناث	211	%58.3
	المجموع	362	%100
المستوى الدراسي	سنة اولى	105	%29
	سنة ثانية	86	%23.8
	سنة ثالثة	98	%27.1
	سنة رابعة او اكثر	67	%18.5
	المجموع	362	%100
نوع الكلية	العلمية	121	%33.4
	الانسانية	229	63.3
	المجموع	362	%100

أدوات الدراسة:

بهدف قياس متغيرات الدراسة قامت الباحثة باستخدام مقياسين هما مقياس نمط السلوك (أ) ونمط السلوك (ب) ومقياس التفاؤل ووالتشاؤم، وفيما يلي عرضا مفصلاً لهذه المقاييس.

أولاً: مقياس نمط السلوك (أ) ونمط السلوك (ب)

قامت الفسفوس (2002) بإعداد هذا المقياس، ويتكون من 29 فقرة والتي تقيس بعدين وهما: نمطي السلوك (أ) ونمط السلوك (ب). وتتم الإجابة على كل فقرة باختيار واحد من الخيارين (أ) أو (ب). ويتم إعطاء الإجابة (أ) درجة واحدة والإجابة (ب) درجة صفر وبناء على إجابات الفرد على هذا المقياس يتم تصنيفه على أنه من الأفراد ذوي نمط السلوك (أ) أو نمط السلوك (ب). كما تم احتساب متوسط افتراضي للمقياس بناء على استجابات الأفراد حيث بلغ (14.5) وتم أخذ درجتين فوق المتوسط بحيث أن الأفراد الذين تكون مجموع استجاباتهم (16.5) أو أكثر يصنفون على أنهم الأفراد ذوي نمط السلوك (أ). كما تم أخذ درجتين أقل من

المتوسط (12.5) واعتبار الأفراد الذين تكون مجموع استجاباتهم مساوية لهذه الدرجة أو أقل على أنهم من ذوي نمط السلوك (ب). وبناء على ذلك يتم اعتبار الأفراد الذين تكون مجموع استجاباتهم على المقياس ما بين (12.5–16.5) أنهم غير مصنفين على واحد من النمطين السابقين.

صدق وثبات المقياس:

قامت الفسفوس باستخراج صدق المحكمين من خلال عرض المقياس على عدد من أعضاء هيئة التدريس في كليتي العلوم الاجتماعية والإنسانية والعلوم التربوية في الجامعة الأردنية للتأكد من سلامة البنود وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات حيث اتفق المحكمون على صدق المقياس وتم حذف فقرة واحدة منه ليصبح عدد فقرات المقياس (29).

كما وقامت المؤلفة باستخراج معادلة كرومباخ الفا للمقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية، وبلغ ثبات المقياس بناء على هذه المعادلة (0.91).

ولأغراض الدراسة الحالية تم استخراج معامل الثبات باستخدام معادلة كرومباخ ألفا على العينة الحالية حيث بلغت قيمته (0.699).

ثانيا: مقياس التفاؤل والتشاؤم

قام كل من عبد الخالق والأنصاري (1995) بإعداد القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، وتشمل القائمة في صيغتها النهائية على (15) فقرة لقياس التفاؤل، و(15) فقرة لقياس التشاؤم. ويتم الإجابة على المقياس وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي على النحو التالي:

1 – لا وتاخذ قيمة (1).
2 – قليلا وتاخذ قيمة (2).
3 – متوسط وتاخذ قيمة (3).
4 – كثيرا وتاخذ قيمة (4).
5 – كثيرا جدا وتأخذ قيمة (5).

وبناء على ذلك تكون أقل استجابة (15) وأعلى استجابة (75) لكل مقياس على حدا.

صدق وثبات المقياس

طيقت القائمة في صورتها النهائية على عينة كبيرة من طلبة جامعة الكويت. وتتوفر للقائمة مؤشرات مقبولة للثبات والصدق فقد بلغ معامل ثبات كرومباخ الفا (0.93) و(0.94) لمقياس التفاؤل والتشاؤم على التوالي. أما بالنسبة للصدق، فقد تم حساب صدق القائمة بطرق مختلفة، ومن ضمنها الارتباط ما بين المقياسين ومقياس التوجه نحو الحياه حيث بلغ الارتبط (0.78) (الانصاري،2014).

لم تكتفي الباحثة بمعاملات الصدق والثبات التي توصل إليها معد المقياس بل قامت بتعديل المقياس ليناسب البيئة الأردنية واستخراج صدق المقياس بطريقتين هما:

1 -صدق المحكمين:

حيث تم عرض المقياس في على 10 من المحكمين من أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة الأردنية وجامعة عمان الأهلية في قسم علم النفس وقد طلب من المحكمين الحكم على جودة محتوى الفقرات، وإبداء الرأي في ما يلي:

- الصياغة اللغوية وسلامتها.
- درجة ملاءمة الفقرة للمجال التي اندرجت تحته.
- الدقة اللغوية.
- مايرونه مناسباً سواء أكان بالحذف أم الدمج أم الإضافة.

وقد تم الأخذ بالتوجيهات ومقترحات أعضاء لجنة التحكيم، حيث عدلت الصياغة اللغوية لبعض الفقرات ذات الارقام (4) لمقياس التفاؤل، والفقرة (6) لمقياس التشاؤم، وبعد الانتهاء من الإجراءات السابقة، وفي ضوء آراء المحكمين أصبح مقياس التفاؤل يتكون (15) فقرة بصورته النهائية و يتالف مقياس التشاؤم من (15) فقرة، وأعتبر هذا الإجراء مؤشراً على أنّ المقياس يتمتع بدلالات صدق منطقية تمثلت باتفاق 85% من المحكمين على مناسبة فقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم.

2 -صدق البناء:

تم استخراج صدق البناء من خلال حساب الارتباط ما بين فقرات المقياس مع المقياس ككل والجدول رقم (2) يبين نتائج الارتباط.

الجدول رقم (2) نتائج صدق البناء

مقياس التفاؤل						مقياس التشاؤم					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقر	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.77	6	0.83	11	0.88	1	0.89	6	0.90	11	0.89
2	0.87	7	0.75	12	0.78	2	0.82	7	0.93	12	0.81
3	0.80	8	0.77	13	0.79	3	0.87	8	0.92	13	0.89
4	0.85	9	0.79	14	0.79	4	0.90	9	0.87	14	0.94
5	0.70	10	0.90	15	0.88	5	0.83	10	0.81	15	0.87

يتضح من الجدول ان معاملات الارتباط تراوحت (0.7 ــ 0.9) لمقياس التفاؤل بينما تراوحت لمقياس التشاؤم (0.81ــــ 0.94) وجميعها دالة احصائيا عند دالة عند ($\alpha \leq 0.5$) وهذا يوكد ان الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ثبات المقياس:

لأغراض الدراسة الحالية تم حساب ثبات المقياس من خلال استخراج معامل الثبات كرومباخ ألفا حيث بلغت قيمته (0.88).

الإجراءات:

في البداية قمت بمخاطبة مدرسة مادة اللغة الانجليزية ومدرس التربية الوطنية حيث أن هاتين المادتين من المواد الاجبارية لطلبة البكالوريوس ويكون الطلبة من مختلف التخصصات الأكاديمية، وحصلت على الماوفقة بتوزيع مقياس التفاؤل والتشاؤم على عينة بلغت 20 طالب وطالبة في مادة اللغة الانجليزية و 20 طالب وطالبة في مادة التربية الوطنية، وهكذا بلغت

العينة الاستطلاعية من طلبة الجامعة الأردنية 40 طالب وطالبة للتاكد من صياغة الفقرات ومناسبتها للطلبة حيث لم يبدي احد منهم اعتراض أو عدم فهم أو انتقاد للمقياس،

من ثم وضعت بنود القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم ومقياس نمط الشخصية (أ) ونمط الشخصية (ب) في استمارة واحدة طبقت في جلسات قياس جماعية بواقع (60) طالباً وطالبة تقريباً في كل جلسة، وجرى التطبيق في فصول الدراسة وفي وقت المحاضرة، وتم التأكيد على سرية أن المقاييس ستستخدم لأغراض البحث العلمي، حيث تم توزيع (420) استبانه وتم استرداد (400) واستثني من الدراسة (39) استبانة لعدم إكمال الطلاب المفحوصين لأكثر من 10 فقرات على المقياس الواحد، وبالتالي كان العدد النهائي للاستبانات (361) استبانه كاملة وهي التي أجريت عليها التحليلات الاحصائية.

المعالجة الاحصائية:

تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المشاركين على مقياس الدراسة وتم تحليل البيانات إحصائياً واستخرجت معاملات الارتباط واختبار (T-test) وتحليل التباين المتعدد (MANOVA) للإجابة عن أسئلة الدراسة.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة ما بين التفاؤل والتشاؤم ونمط الشخصية (أ، ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية، وعلاقتها بعدد من المتغيرات وأهمها: الجندر، التخصص الأكاديمي، والمستوى الدراسي. وسيتناول هذا الفصل النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة بعد إخضاع البيانات إلى التحليل الإحصائي لفحص أسئلة الدراسة.

في البداية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل والتشاؤم.

الجدول رقم (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل

		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	اقل قيمة	اعلى قيمة
النوع الاجتماعي	الذكور	150	53.353	13.73	15	75
	الاناث	211	52.853	11.34	16	75
نوع الكلية	علمية	121	50.776	12.225	21	75
	انسانية	229	54.52	12.303	15	75
المستوى الدراسي	سنة اولى	105	53.60	12.26	21	75
	سنة ثانية	86	53.93	12.40	22	75
	سنة ثالثة	98	51.25	12.62	15	75
	سنة رابعة	67	53.91	11.965	15	75

الجدول رقم (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التشاؤم

		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	اقل قيمة	اعلى قيمة
النوع الاجتماعي	الذكور	150	34.106	17.04	15	75
	الاناث	211	28.734	13.80	15	75
نوع الكلية	علمية	121	31.520	15.120	15	75
	انسانية	229	30.126	15.338	15	75
المستوى الدراسي	سنة اولى	105	29.057	13.871	15	75
	سنة ثانية	86	32.802	16.824	15	75
	سنة ثالثة	98	32.428	16.270	15	75
	سنة رابعة	67	29.059	14.133	15	75

وبعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس نمط السلوك (أ) أو (ب) والجدول رقم (5) يوضح ذلك

الجدول رقم (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس نمط السلوك

		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	اقل قيمة	اعلى قيمة
النوع الاجتماعي	الذكور	150	15.90	4.892	2	29
	الاناث	211	15.17	4.526	صفر	29
نوع الكلية	علمية	121	15.785	4.33	5	29
	انسانية	229	15.218	4.75	صفر	29
المستوى الدراسي	سنة اولى	105	15.438	4.042	5	29
	سنة ثانية	86	15.383	5.138	4	29
	سنة ثالثة	98	15.173	4.617	صفر	28
	سنة رابعة	67	15.940	5.086	2	29

*النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

تمثل السؤال الأول في: ما هي مستويات التفاؤل لدى طلاب الجامعة الأردنية؟ وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لمقياس التفاؤل والجدول رقم (6) يبين النتائج.

الجدول رقم (6) التكرارات والنسب المئوية مقياس التفاؤل

	متوسط الدرجة	التكرار	النسب المئوية
التفاؤل	قليل (15-35)	29	%8
	متوسط (36-55)	174	%48.1
	مرتفع (56-75)	159	%43.9
	المجموع	362	%100

يتضح من الجدول السابق أن عدد الطلاب ذوي مستويات التفاؤل القليلة كان (29) وبنسبة (8%)، وبلغت نسبة الطلاب ذوي التفاؤل المتوسط (48.1%) وعددهم (174). أما الطلاب ذوي المستويات المرتفعة من التفاؤل فقد بلغ عددهم (159) والنسبة المئوية (43.9%).

* النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

تمثل السؤال الثاني في: ما هي مستويات التشاؤم لدى طلاب الجامعة الأردنية؟ وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية لمقياس التشاؤم والجدول رقم (7) يبين النتائج.

الجدول رقم (7) التكرارات والنسب المئوية المقياس التشاؤم

	متوسط الدرجة	التكرار	النسب المئوية
التشاؤم	قليل (15-35)	252	%69.6
	متوسط (36-55)	83	%22.9
	مرتفع (56-75)	27	%7.5
	المجموع	362	%100

يبين الجدول السابق أن عدد الطلاب ذوي المستويات القليلة من التشاؤم (252) والنسبة المئوية (69.6%)، أما عدد الطلاب ذوي التشاؤم المتوسط فبلغ (83) وبنسبة (22.9%). وأخيرا بلغ عدد الطلاب ذوي المستوى المرتفع من التشاؤم (27) وبنسبة (7.5).

*النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

تمثل السؤال الثالث: في هل هناك ارتباط بين التفاؤل ونمط الشخصية (أ او ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية. وللإجابة عن السؤال استخراج معاملات الارتباط بين مقياسين التفاؤل ونمط السلوك. والجدول رقم (8) يبين النتائج.

الجدول رقم(8) معاملات الارتباط لمقياسين التفاؤل ونمط السلوك

	التفاؤل	نمط السلوك A	نمط السلوك B
التفاؤل	1.00		
نمط السلوك أ	−0.115 0.023	1.00	
نمط السلوك ب	0.325 0.00	0.718 0.000	1.00

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط ارتباط سلبي ذو دلالة احصائية بين كل من نمط السلوك (أ) والتفاؤل حيث بلغ الارتباط (−0.115) ومستوى الدلالة (0.023).

* النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

تمثل السؤال الرابع في: هل هناك ارتباط بين التشاؤم ونمط الشخصية (أ او ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية. وللاجابة عن السؤال استخراج معاملات الارتباط بين مقياسين التشاؤم ونمط السلوك. والجدول رقم (9) يبين النتائج.

الجدول رقم (9) معاملات الارتباط لمقياسين التشاؤم ونمط السلوك

	التشاؤم	نمط السلوك	نمط السلوك B
ااالتشاؤم	1.00		
نمط السلوك أ	0.238 0.000	1.00	
نمط السلوك ب	0.098 0.240	0.718 0.00	1.00

يبين الجدول السابق وجود ارتباط ايجابي ذو دلالة احصائية بين كل من التشاؤم ونمط السلوك (أ) حيث بلغ الارتباط بينهما (0.238) ومستوى الدلالة (0.000).

* النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

تمثل السؤال الخامس في الدراسة الحالية ب: هل توجد فروق ذات دلالة بين طلاب الجامعة الأردنية في مستويات التفاؤل والتشاؤم تبعا لمتغيرات: النوع الاجتماعي، التخصص الاكاديمي، والمستوى الدراسي. وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج تحليل التباين المتعدد (MANOVA) لمعرفة الفروق بين المتغيرات والجدول رقم (10) يوضح النتائج.

الجدول رقم (10) نتائج تحليل التباين المتعدد لمتغيرات الدراسة.

المتغير		قيمة F	مستوى الدلالة
النوع الاجتماعي	Pillais Trac Wilks Lambda	4.406 4.406	0.013 0.013
التخصص الاكاديمي	Pillais Trace Wilks Lambda	3.229 3.240	0.012 0.012
المستوى الدراسي	Pillais Trac Wilks Lambda	1.611 1.609	0.141 0.142

يتضح من الجدول السابق وجود فروق في مستويات التفاؤل والتشاؤم ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq$ 0.001) تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي حيث بلغ مستوى الدلالة (0.013). كما يبين الجدول وجود فروق تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علمية /انسانية) في مستويات التفاؤل والتشاؤم، حيث بلغ مستوى الدلالة (0.012). بينما لم يتم إيجاد فروق في مستويات التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير المستوى الدراسي (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة) حيث بلغ مستوى الدلالى (0.141).

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة ما بين التفاؤل والتشاؤم ونمط السلوك (أ) و(ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية وعلاقتهم بعدد من المتغيرات والمتمثلة في: النوع الاجتماعي (ذكر، انثى)، التخصص الأكاديمي (كلية علمية/ كلية إنسانية) والمستوى الدراسي (سنة أولى/ سنة ثانية/ سنة ثالثة/ سنة رابعة) ويتناول هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول والذي ينص على: ما هي مستويات التفاؤل لدى طلاب الجامعة الأردنية.

توصلت الدراسة الحالية إلى أن (8%) من طلاب الجامعة لديهم مستويات منخفضة من التفاؤل و(48.1%) من الطلاب لديهم مستويات متوسطة من التفاول، بينما هناك (43.9%) من طلاب الجامعة الأردنية لديهم مستويات مرتفعة من التفاؤل. وتعارض هذه النتائج دراسة (Bannett &other) حيث توصل إلى أن الطلاب لديهم مستويات قليلة من التفاؤل.

كما تعارضت نتائج الدراسة الحالية مع الدراسة التي اجراها حمدان (1999)، أن الطلاب كانوا متفائلين ولكن بدرجات قليلة.

واتفقت نتائج الدراسة مع دراسة (Hargens & Kelly, 1994) التي توصل فيها الباحثون إلى أن تباين المتوسطات الحسابية لاستجابات الطلبة على مقياس التفاؤل والتشاؤم مستقرة نحو نزوع عينة الدراسة لسمة التفاؤل.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الظروف المختلفة التي يتعرض لها الطلبة وتؤثر على استقرار سلوكهم في هذه المرحلة، حيث تزداد قدرة الطالب على الحكم والاستقلال في اتخاذ القرارات واختيارها والحكم عليها.

والتمييز بينها دون الرجوع إلى الآخرين مما يزيد من مستوى الثقة في نفسهم والاعتقاد بامكانية تحقيق الرغبات في المستقبل فضلاً عن اعتقاد حدوث الخبر أو الحانب الايجابي من الأشياء.

كما أن للتنشئة الاجتماعية دور فعال في تعليم الفرد والعادات والقيم والاتجاهات السائدة والمواقف الاجتماعية السارة قد تولد لديهم معنويات عالية واملاً.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني والذي ينص على: ما هي مستويات التشاؤم لدى طلاب الجامعة الأردنية.

توصلت الدراسة الحالية إلى أن (69.6%) من الطلاب لديهم مستويات منخفضة من التشاوم و(22.9%) من الطلاب لديهم مستويات متوسطة من التشاؤم، بينما بلغت نسبة الطلاب الذين لديهم مستويات مرتفعة من التشاؤم (7.5%). وهو ما تتعارض مع ما توصلت إلى دراسة (Koizumi ,1995) حيث وجد أن هناك انخفاض متوسط درجات الطلبة على سمة التفاؤل وارتفاع متوسط درجاتهم على سمة التشاؤم.

اتفقت نتائج الدراسة مع الدراسة التي اجراها حمدان (1999) والتي أشارت إلى أن الطلبة كانوا متفائلين ولكن درجات قليلة.

واتفقت نتائج الدراسة مع دراسة (Bannett & other) حيث توصلت إلى أن الطلبة لديهم مستويات قليلة من التفاؤل.

ويمكن تفسير انخفاض مستويات التشاؤم لدى الطالب الجامعي وارتفاع مستويات التفاؤل لديه في ضوء طبيعة المرحلة العمرية التي يعيشها الطلاب حيث أن معظمهم في بداية مرحلة الرشد وهي مرحلة الإنجاز وتحمل المسئولية والطموح والنظرة الإيجابية للمستقبل وتوقع الأفضل، وذلك بالرغم من الظروف الاقتصادية والسياسية والاجتماعية الصعبة التي يمر بها الوطن العربي ودول الجوار في الوقت الراهن.

كما يمكن أن يكون انخفاض مستوى التشاؤم انعكاساً لشعور الطلبة بالامان كونهم يعيشون في الأردن بعيداً عن الاضطرابات السياسية والاحداث الدموية التي تحدث في باقي الدول العربية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث والذي ينص على: هل هناك ارتباط بين التفاؤل ونمط الشخصية (أ او ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية؟

توصلت الدراسة الحالية الى وجود ارتباط سلبي بين التفاؤل ونمط السلوك مما يعني أنه كلما كانت درجة الفرد متدية على مقياس نمط السلوك (أي أنه من نمط السلوك ب) فإن درجة التفاؤل تكون أعلى لديه. أي أن الطلاب من ذوي نمط السلوك (ب) أكثر تفاؤلا من الطلاب ذوي نمط السلوك (أ). وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة Mahasneh,Al-Zoubi & Batayeneh (2013) حيث وجدت ارتباط ايجابي بين التفاؤل والانبساطية وهو أحد صفات الأفراد من النمط السلوكي (ب).

كما اتفقت هذه النتائج مع دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998) حيث وجدت علاقة ارتباطية ايجابية بين التفاؤل والانبساطية.

بينما لم تتفق النتائج الحالية مع دراسة عبدالخالق(1999) حيث وجد ارتباط إيجابي بين نمط الشخصية (أ) والتفاؤل ولم يجد ارتباط بين نمط الشخصية (أ) والتشاؤم.

بالرجوع إلى خصائص النمط السلوكي (أ) نجد أن أصحابه ذو حساسية للتحدي القادم من البيئة الفيزيقية أو الاجتماعية وانه نمط يكون من عناصر اساسية مثل العدوانية والقابلية للاستثارة وعدم التحلي بالصبر والنشاط المستعجل والاساس بضيق الوقت والتنافس العام واكثر عرضة للاحباط والشعور بالفشل وتهويل المواقف بالتالي إلى مشاعر سلبية وتشاؤمية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بالرجوع إلى الخصائص التي تميز الفرد ذو النمط السلوكي (ب) حيت أنه يتمتع بنظرة إيجابية للمستقبل ويرى أن الإحباط وخيبة الأمل تحدي وإعاقة مؤقته لن تهزمه ويتصفون بأنهم أقل تسرع وتنافسية وأكثر قدرة على الاسترخاء والمشاركة في الأنشطة الترفيهية وعدم الحاجة إلى التفوق. بالتالي هم بالمجتمع ومع الاصدقاء وبحياتهم يتعاملون مع الآخرين في هدوء واسترخاء والاستماع للحلول كما أنهم يظهرون اللطف على عكس نمط السلوكي (أ) هم عادة قلقون يحاولون إنهاء المحادثة مع الأخرين لا ينتظرون انتهاء الأخرين من حديثهم بل يحاولون في عجلة وعدم صبر وتكملة حديثة.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع والذي ينص على: هل هناك ارتباط بين التشاؤم ونمط الشخصية (أ او ب) لدى طلاب الجامعة الأردنية؟

ووجدت الدراسة وجود ارتباط إيجابي ذو دلالة بين التشاؤم ونمط السلوك، أي أنه كلما حصل الفرد على علامة أعلى على مقياس نمط السلوك فإن التشاؤم يكون أعلى لديه. مما يعني أن الطلاب من ذوي النمط السلوكي (أ) أكثر تشاؤماً من الطلاب من ذوي النمط السلوكي (ب). وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة Mahasneh,Al-Zoubi&Batayeneh (2013) حيث وجدت ارتباط سلبي بين التشاؤم والانبساطية وإيجابي بين التشاؤم والانطوائية.

كما اتفقت مع دراسة (Liorente, 1986) اظهرت النتائج أن الأشخاص ذوي نمط سلوك (أ) المعرضة للاصابة بالشريان التاجي كان لديهم مستويات عالية والعصابية وهي إحدى صفات الأفراد من النمط السلوكي (أ).

ويمكن تفسير هذه النتيجة تبعاً لمميزات الفرد ذو النمط السلوكي (أ) حيث أنه أكثر تنافساً وكفاح من أجل الإنجاز والاندفاعية ونفاذ الصبر والاستياء والحذر المفرط والتوتر المفرط ومشاعر التحدي والمسئولية والضغط.

كما أن العامل الكامن المسبب والمسؤول عند بدء سلوك النمط (أ) هو عدم الامان الداخلي أو الدرجة غير الكافية من تقدير وتقييم الذات إلى القلق والاكتئاب مع معاناة من الارق نتيجة الغضب أو الاحباط فضلاً عن الفشل في عملية التعامل مع الاخرين والمساعدة والعدائية الحرة الطليقة وعدم القدرة على الشعور بالسرور تجاه انجازات الآخرين فضلا عن عدم تحمل مجرد الاخطاء البسيطة وهذه الخصائص النفسية لذوي النمط (أ) تشير إلى أنهم ليس لديهم مهارات اجتماعية بالتالي هم غير مريحين بالتعامل مما يجعلهم بوحدة وعزلة، إضافة لذلك فان هذه الفئة من الأفراد أكثر عرضة للاحباط وعدم تحمل الفشل وهو ما يجعلهم يحملون افكار تشاؤمية في حال فشلهم.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس والذي ينص على: هل توجد فروق ذات دلالة بين طلاب الجامعة الأردنية في مستويات التفاؤل والتشاؤم تبعاً لمتغيرات: النوع الاجتماعي، التخصص الأكاديمي، والمستوى الدراسي.

توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستويات التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعي والتخصص الأكاديمي (علمية/ إنسانية). بينما لم تتوصل الدراسة إلى وجود فروق في مستويات التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير المستوى الدراسي. وتتفق النتائج مع ما توصل إليه دراسة بركات (1998) حيث توصل إلى وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب جامعة القدس المفتوحة تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي بينا لم يجد فروق بينهم تعزى لمتغير النوع الاجتماعي وهو ما توصلت إليه أيضاً دراسة حمدان (1999). ووجدت دراسة Batayeneh & ,Al-Zoubi Mahasneh (2013) وجود فروق دالة احصائيا في سمة التفاؤل بين طلاب الجامعة تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

واظهرت دراسة (Edward, 1996) وجود فروق دالة إحصائياً في سمة التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير العمر والنوع الاجتماعي لصالح الذكور على سمة التفاؤل. كما اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Kolotkin, 1999) حيث توصلت إلى وجود فروق في التفاؤل التشاؤم تعزى لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الذكور نحو سمة التفاؤل.

بينما لم تتفق دراسة (Seligman, 1994) مع الدراسة الحالية حيث توصلت إلى وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

ويمكن تفسير ما توصلت إليه الدراسة الحالية بأن الإناث قد سجلن متوسط أعلى في التشاؤم من الذكور في ضوء عملية التنشئة الاجتماعية التي تتيح للذكور في المجتمع العربي حرية الاختيار في مجالات شتى في حياته. كاختيار المهنة، الزوجة، السفر، وذلك دون رقابة عليه، عكس الإنثى التي تتمتع بحرية اختيار محدودة، وهي غالباً تعاني من ضغوط اجتماعية كبيرة تحد من افساح المجال امامها في خياراتها المصيرية بالنسبة لها مما ينعكس على نسبة التفاؤل، فتكون عند الذكور أكثر من الإناث، ومع ذلك تبقى هذه النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية والخاصة بالفروق بين الإناث والذكور في حاجة إلى المزيد من الدراسة

والمتابعة بهدف نقص الفروق بين الجنسين في مستوى التفاؤل والتشاؤم في مجموعات اكبر ونطاقات اشمل عبر مواقف متعددة.

واظهرت النتائج فروق دالة احصائياً في مستويات التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة الأردنية يعزى لاثر التخصص لصالح التخصصات الإنسانية ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن الطلبة في هذه المرحلة العمرية يضعون خطط لمستقبلهم ويسعون لتحقيق اهدافهم وذلك من خلال الاندماج بالمجتمع والتفكير بمدى توفر فرص العمل بسوق العمل لتحسين الوضعية الاقتصادية باعتبارها وسيلة للرقي الاجتماعي وتحقيق الاستقلالية، وقد يكون التفسير لمستوى التشاؤم بالنسبة للتخصص؛ أن التخصصات الإنسانية قد لا تتوفر لديهم فرص عمل بشكل كبير أو براتب جيد أو ربما لرؤيتهم احد من اصدقائهم تخرج ولم يجد عمل، أو لعدم قناعة، وأجبر بناءاً على ظروف معينة لدخول تخصص هو لم يرغب به، وبعض الطلبة يدرسون لرغبة اهلهم فقط، هذه بعض الاسباب التي قد تؤثر في حين نجد التخصصات العلمية متوسط اقل من التشاؤم وذلك ربما يعزى لثقتهم أو حبهم للتخصص الذي يدرسونه أو لقناعة ومن الممكن أن التوجه نحو الأهداف يرتبط ارتباط وثيق بالمشاعر الايجابية وتوقع الأشياء الحسنة بشكل عام.

التوصيات

1 - إجراء المزيد من الدراسات التي تستخدم مقياس التفاؤل والتشاؤم على طلاب الجامعات الأردنية وربطها بمتغيرات أخرى ممكن أن تؤثر على الطلاب مثل التحصيل الأكاديمي، الإنجاز وغيرها من المتغيرات.

2 - الاسترشاد بنتائج الدراسة الحالية بزيادة المحاضرات التوعوية والتوجيهية والإرشادية لطلاب الجامعة.

3 - إجراء درسات إضافية على أنماط السلوك (أ) و(ب) وتطوير مقاييس لهذه الأنماط بحيث تكون مناسبة للبيئة الأردنية الطالب الجامعي، وربطها بمتغيرات أخرى متعلقة بالطالب الجامعي.

4 - بناء مقاييس جديدة للتفاؤل والتشاؤم بحيث تكون مناسبة للمراحل العمرية المختلفة.

5 - تشجيع الشباب على الاهتمام بالجانب المعرفي والتسلح به، وذلك من خلال عرض نماذج لشباب عرب متعلمين ومتفوقين وقد حصلوا على شهادات علمية جيدة، فهذا يولد لدى الآخرين من الشباب نوعاً من الدافع للتطلع والتفكير الجدي للحياة والمستقبل.

6 - إجراء دراسة مقارنة بين الطلبة السعوديين في السعودية والطلبة الأردنيين في الأردن.

7 - إجراء دراسة على المغتربين.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية

القرآن الكريم

اباظة، أمال. (2000). **الانماط السلوكية للشخصية**، ط1، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

أبو اسعد، أحمد (2010). **علم نفس الشخصية**، اربد: عالم الكتاب الحديث.

ابو حميدان، وآخرون (2014). **مدخل الى علم النفس** . عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

ابو حميدان، يوسف (2003). **تعديل السلوك: النظرية والتطبيق**، عمان: دار وائل للنشر.

اسماعيل، أحمد السيد (2001). التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة ام القرى، **المجلة التربوية**، المجلد 15(60)،

إنجلز، باربارا (1411هـ). **مدخل الى النظريات الشخصية** . ترجمة فهد بن وليم، نادي الطائف الأدبي، المملكة العربية السعودية.

الانصاري، بدر محمد (2014). **المرجع في مقاييس الشخصية** . ط2، القاهرة: دار الكتاب الحديث.

ـــــــــــــــــ (2002). اعداد صورة عربية للمقياس التوجه نحو الحياة بوصفه مقياسا للتفاؤل، **مجلة العلوم الاجتماعية**، 30(4)، 12-16.

ـــــــــــــــــ (1998). **التفاؤل والتشاؤم: المفهوم والقياس والمتعلقات**، ط1، الكويت: جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، لجنة التأليف والتعريب والنشر.

باظة، أمال (2001). **الشخصية والاضطرابات السلوكية والوجدانية** ، ط2، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

بركات، زياد امين (1998). دراسة في سيكولوجية الشخصية: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي. **مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي** ، العدد(11)، 55-75.

ـــــــــــــــــــــ (1998)، **دراسة في سيكولوجية الشخصية: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي** ، جامعة القدس المفتوحة، مركز طولكرم.

جابر، عبد الحميد والكفافي، علاء الدين (1996). **معجم علم النفس والطب النفسي** ، القاهرة: دار النهضة العربية.

ـــــــــــــــــــــ (1986). **نظريات الشخصية- البناء-الديناميات-النمو- طرق البحث-التقويم**، القاهرة: دار النهضة العربية.

الجارودي، فخرية، (2001). **سلوك الشخصية من نمط (أ) وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الامارات العربية المتحدة** ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة، القاهرة، مصر.

حمدان،فيصل محمود خليل، (1999). **سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبه الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين**. رسالة ماجستير غير منشور، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

الخضر، عثمان حمود، (1999). التفاؤل والتشاؤم والاداء الوظيفي، **المجلة العربية للعلوم الانسانية**، جامعة الكويت، العدد 67، 213-242.

الداهري، صالح حسن والعبيدي، ناظم هاشم، (1999). **الشخصية والصحة النفسية**، عمان: دار الكندي للنشر والتوزيع.

ـــــــــــــــــــــ (2005). **مبادئ الصحة النفسية**، عمان: دار وائل للنشر.

دردير، نشوة كرم عمار، (2007).**الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ،ب) وعلاقته باساليب مواجهة المشكلات** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الفيوم ، القاهرة، مصر.

رايت، لوجان، (1990). العلاقة بين نموذج سلوك النمط (أ) وامراض الشريان التاجي، ترجمة محمد فطيم، الثقافة العالمية، **المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب** ، الكويت، عدد 52، 114-146.

ربيع، محمد شحاته، (2013). **علم نفس الشخصية**، عمان: دار المسيرة.

زهران، حامد عبدالسلام، (1424هـ). **علم نفس النمو، الطفولة والمراهقة**، ط6، القاهرة: دار المعارف.

الشاذلي، عبد الحميد، (2001). **الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**، ط2، لبنان.

شلتر، دوان، (1983). **نظريات الشخصية**. ترجمة: حمولي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، بغداد: مطبعة جامعة بغداد.

صوالحة، عونية عطا و العبوش، نوال عبدالرؤوف، (2010). دراسة وصفية لمستوى بعض السمات الشخصية لطلبة جامعة عمان الاهلية وعلاقتها ببعض المتغيرات، **مجلة العلوم النفسية**، العدد(19)، 161-202.

الضريبي، عبدالله، (2010). أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية على عينة من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق"، **مجلة جامعة دمشق**، المجلد 26، العدد الرابع، 20-28.

الطراونة، شادية عبد الوهاب، (2006). **علاقة التفاؤل والتشاؤم بابعاد الشخصية لدى المتقاعدين العسكريين في الاردن**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الاردن.

طه، حسين ياسين، وخان، علي، ويحيى، اميمة، (1990). **علم النفس العام**، بغداد: الدار الوطنية.

طه، فرج عبد القادر، وقنديل، شاكر، كامل، وحسن، عبدالقادر مصطفى، (1993)، **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**، الكويت: دار سعاد الصباح.

عبد الخالق، احمد محمد (1989). **استمارات الشخصية**، ط2، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

____________ (1999).التفاؤل وصحة الجسم: دراسة عالمية، **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد (26)، العدد(2)، 45-61.

____________ (1983). **الابعاد والسياسة للشخصية** . الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عبد الخالق، احمد والانصاري، بدر(1995). التفاؤل والتشاؤم: دراسة عربية في الشخصية، **بحوث المؤتمر الدولي الثاني للارشاد النفسي**، جامعة عين شمس، المجلد الاول.

عبد الخالق، احمد، (1996). **قياس الشخصية**. الكويت: لجنة التأليف والتعريب والنشر.

__________ (1996). **قياس الشخصية** ، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، الكويت.

عبد اللطيف، حسن وحمادة، لؤلؤة، (1998). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعدي الشخصية الانبساط والعصبية، **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد (26)، العدد(1)، 52-57.

عبدالخالق، احمد (1989).**استخبارات الشخصية**، ط2، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

__________ (2000)، التفاؤل والتشاؤم عرضا لدراسات عربية، **مجلة علم النفس**، العدد (56)، الهيئة المصرية العامة للكتاب، مصر

عرفات، فضيلة، (2009)، **www.alnoor.se/artical . Asp?id=42896**، تاريخ الدخول: 2014/8/20، الساعة 06.35.

العنزي، فريح والمشعان، عويد(1998).العلاقة بين الشخصية الفصامية والتفاؤل والتشاؤم، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، العدد (20)، المجلد (8)، 32-35.

عيسوي، عبد الرحمن (1980). **معالم علم النفس**، القاهرة: دار الفكر العربي.

__________ (1986). **امراض العصر النفسية والعقلية والسايكومترية** ، ط1، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

القريطي، عبد المطلب امين، (1998). **في الصحة النفسية**، عمان: دار الفكر العربي.

كريم، عادل شكري (1991). **نمط (أ) للشخصية وعلاقته ببعض المتغيرات (دراسة عاملية اكلينيكية)**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الاسكندرية، الاسكندرية مصر.

مخيمر، صلاح و عبد، ميخائيل (1968). **سيكولوجية الشخصية** ، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

مياسا، محمد (1997). ال**صحة النفسية والامراض النفسية والعقلية ك وقاية وعلاج** ، بيروت: دار الجبا.

هول، ك وليندزي، (1987). **نظريات الشخصية**، ترجمة فرج احمد فرج، القاهرة: دار الفكر العربي

الوائلي، جميلة، (2012)، المعنى في الحياة وعلاقته بنمط الشخصية (A,B) لدى طلبة بغداد، **مجلة الأستاذ**، العدد (201)، 68−73.

اليجوفي، نجوى والانصاري، بدر (2002). التفاؤل والتشاؤم دراسة ثقافية مقارن بين اللبنانيين والكويتيين. **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد (33)، العدد (2)، 63−68.

يوسف، جمعة سيد (2004). **ادارة ضغوط العمل نموذج للتدريب والممارسة رؤية نفسية** ، ايتراك، القاهرة.

ثانياً: المراجع الاجنبية

Allport.G.W (1937).**Personality-psychological interpretation**.New York: Henry Holt and company.

Bennet,M. &Others(1993) Predictors of Dental Students' Belief in the Right to Refuse Treatment to HIV- Positive Patients. J**. of Dental-Educ** , 57 , 9

Cattell, R. B. (1950). The main personality factors in questionnaire, self estimate material. **Journal of Social Psychology**, 31, 3-38.

Edward, C.C(1996)Cultural Differences in Optimism ,Pessimism, and Coping:Predictors of Subsequent Adjustment in Asian American and Caucasian American College Student**. J.of Counseling Psychology** ,43, 1

Eysnck, H (1977).Personality and Factor Analysis: areply to Guilford, **Psychological Bulletin**, 84 (3).

Geitman,Hery ,. Alan ,F &Daniel ,R(1999). Type Behavior Pattern. Descovery.com:**hittp;\\www.Microsoft internet Explorer.**

Gieitman,H &Alan,F (1999). Type A behavior Pattern. Discovery.com.

Hargens,L.L& Kelly,W.L(1994)Determinations of Disciplinary Discontent. Social Forces ,72 , 4 **http//www. Personality type,htm**

Koizumi, R(1995) Feelings of Optimism and Pessimism in Japanese Students' Transition to JuniorHigh School. **J. of Early Adolescence**, 15 , 4

Koizumi,R (1995). Feeling of optimism and pessimism in Japanese students.J.of early adolescence. 15(4)

Kolotkin, R.A(1994) Sex Differences in Locus of Control , Helplessness, Hopelessness, and Depression.Reports Research , (143)

Kolotkin,R,A (1994). **Sex differences in helpness and depression**. , report- research.

Liorente M.(1986) Neuroticism, extraversion and the type-A- behavior pattern.**Personality and Individual Differences**,7(3):427-429.

Luthans,F (2004). **Organizational Behavior**.McGraw-Hill,Tenth edition.

Mahasneh, A.,Al-Zoubi, Z,.&Batayeneh,O (2013). **The Relationship Between Optimism – Pessimism and Personality Traits among Students in the Hashemite University.** International Education Study,6 (8).

Mamonove,Valery(2001). P**ersonality Types,the chart for self-assessment of the personality type**. On the web

Morrison,C.R&Others(1991) Academic **Coping Styles Self-Concept ,and Stress**.Reports Research, (143)

Oishi ,K (1999). Individual differences in psychological responses and type (A) behavior pattern.**Britch Journal** , 12 (2).

Peterson,C; Selegman,ME. And Vallanr,G (1988). Pessimesric explanatory style is arisk factor for physicarillness,**Journal of Personality and Social Psychology** ,55,23-27.

Plomin, R. Scherier, M and Bergman, N. (1992).**Optimism, pessimism and mental health: atwin/adoption analysis, personality and individual differences.** 32 (5).

Scheier,M.F& Carver,C.S (1985). Optimism, coping and health; **assessment and implocations of generalized outcome expectation.Health psychology**.

Selegman.M.E;Nolen,N,B; Hochsem,A.N; Thomson,N.S and Thomson.G,K.(1990). **Heamed Optimism**.Newyork: Northon.

Seligman.M.C (1994). **What you can change and what you cant**.New York; knopt.

Showers, Carclin.(1992). **Anticipating Cognitive Strategies: the Positive side of Negative thinking (optimism, pessimism, motivation)**.Document production Service ,No01463934.

Stipek,D.J(1981).**Social- Motivational Development in First Grade Contemporary Educational Psychology**,6,33.

Tiger,L (1979). **Optimism**; the biology of hope,Newyork ;simon and Schuster.

الملاحق

ملحق رقم (1)

قائمة اسماء المحكمين

اسم عضو هيئة التدريس	الرتبة الاكاديمية	القسم الاكاديمي
أ.د محمد بني يونس	استاذ	علم النفس
د. مروان الزعبي	أستاذ مشارك	علم النفس
د. أشرف القضاة	أستاذ مشارك	علم النفس
د. احمد الشيخ	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي
د. فيصل الزراد	أستاذ	علم النفس إكلينيكي
د.ميماس كمور	أستاذ مساعد	علم النفس
د.عبدالله الطراونه	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي
أ.د. عائد الوريكات	أستاذ	علم الاجتماع
أ.د. إبراهيم أبوعرقوب	أستاذ	علم الاجتماع
أ.د. فاروق الروسان	أستاذ	الارشاد والتربية الخاصة

ملحق رقم (2)

مقياس التفاؤل والتشاؤم

اخي الطالب/ اختي الطالبة:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان **التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بنمط الشخصية لدى طلاب الجامعة الاردنية** . وذلك استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس، ولتحقيق هدف الدراسة قامت الباحثة باستخدام استبانة تكونت من جزأين، الأول: معلومات عامة، والثاني يتكون من فقرات الاستبانة، التي تصف درجة انطباق الفقرات على المفحوص.

أرجو التكرم بالاستجابة عن فقرات الاستبانة بكتابة الاشارة (√) أمام درجة الانطباق، علما بأن هذه الاستجابات لن تستخدم الا لأغراض هذا البحث.

شاكرة لكم جهودكم

الباحثة

<u>الجزء الأول: البيانات الشخصية:</u>

ملاحظة: يرجى وضع اشارة (√) في المربع الذي ينطبق على حالتك:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

التخصص: علمية ☐ انسانية ☐

المستوى الدراسي: اولى ☐ ثانية ☐ ثالثة ☐ رابعة ☐

الجزء الثاني:

في ضوء مفهوم الشعور العام لديكم (التفاؤل والتشاؤم) ضع الاشارة (√) في المكان التي تصف درجة انطباق الفقرات **التالية في ممارساتكم اليومية والتي تصف شعوركم:**

م		لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
	مقياس التفاؤل					
1	**تبدو لي الحياة جميلة.**					
2	**أشعر أن الغد سيكون يوماً مشرقاً.**					
3	**أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلاً.**					
4	**أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيداً.**					
5	**أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل.**					
6	**يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة.**					
7	**ستكون حياتي أكثر سعادة.**					
8	**لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.**					
9	**أرى أن الفرج سيكون قريباً.**					
10	**أتوقع الأفضل.**					
11	**أرى الجانب المشرق المضيء من الأمور.**					
12	**أفكر في الأمور البهيجة المفرحة.**					
13	**إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غداً.**					
14	**أفكر في المستقبل بكل تفاؤل.**					
15	**أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.**					
	مقياس التشاؤم					
1	**تدلني الخبرة على أن الدنيا سوداء كالليل المظلم.**					
2	**حظي قليل في هذه الحياة.**					

م		لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
3	أشعر أنني أتعس مخلوق.					
4	سيكون مستقبلي مظلماً.					
5	يلازمني سوء الحظ.					
6	مكتوب علي الشقاء وسوء الطالع.					
7	أنا يائس من هذه الحياة.					
8	كثرة الهموم تجعلني أشعر بأنني أموت في اليوم مائة مرة.					
9	أترقب حدوث أسوء الأحداث.					
10	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء الحظ.					
11	أتوقع ان أعيش حياة تعيسة في المستقبل.					
12	لدي شعور غالب بأنني سأفارق الأحبة قريباً.					
13	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة.					
14	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول.					
15	أشعر كأن المصائب خلقت من أجلي.					

ملحق رقم (3)

مقياس نمط السلوك (أ) ونمط السلوك (ب)

الأخ الفاضل/ الأخت الفاضلة:

أضع بين يديك في الصفحات التالية عدد من الفقرات تسأل عن مظاهر من السلوك، يرجى التكرم بقراءتها بعناية ووضع دائرة حول رمز الفقرة التي تنطبق عليك.

لا يوجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، يرجى الإجابة على جميع الفقرات كما هو مبين في المثال أدناه:

مثال (1):

أ – غالباً أذهب إلى النوم مبكراً.

ب – غالباً أسهر حتى ساعة متأخرة.

مثال (2):

أ – أمارس رياضة المشي يومياً.

ب – لا أقوم بأي نشاط رياضي.

إن نتائج هذه الدراسة هي لأغراض البحث العلمي وستعامل إجابتك بسرية تامة.

1)

أ – أضع لنفسي أهداف على مستوى عال جداً، وأصبح غاضباً إذا لم أحققها.

ب – أضع لنفسي أهداف معقولة، ولا أهتم كثيراً إذا فشلت في تحقيق بعض منها.

2)

أ – أرى نفسي كشخص يسعى للمنافسة وطموح للغاية.

ب – أفضل النشاطات غير التنافسية الاسترخائية.

3)

أ -أريد ان يحترمني الناس لما أنجزت أو حققت.

ب - أريد من الناس أن يحبوني لشخصي.

4)

أ -غالباً ما أكون غاضباً من الاخرين وإن كان لا يبدو علي ذلك.

ب - نادراً ما يعتريني الغضب من الآخرين.

5)

أ -المتعة عندي تأتي من خلال إنجاز العمل.

ب - المتعة عندي تأتي من خلال اللعب.

6)

أ -غالباً ما أشعر بالاستعجال.

ب - لا أحب أن اكون في عجلة من أمري.

7)

أ -عملي هو المكان الذي يشعرني بالبهجة والانبساط.

ب - أحب عملي ولكنني أستمتع بنشاطات أخرى كثيرة.

8)

أ -أقوم بعملي على أحسن ما يرام عندما أكون في مواجهة موعد محدد لإنهاء هذا العمل.

ب - وجود مواعيد محددة لإنهاء العمل لا يكون بمثابة محفز لي لإنهاء هذا العمل.

9)

أ -أكره الانتظار.

ب - عندما يجب علي أن أنتظر فإنني أستخدم هذا الوقت للاسترخاء.

10)

أ - أحمل نفسي من الواجبات والمهمات أكثر من اللزوم.

ب - أنا شخص متأني عير مندفع، لا أحمل نفسي واجبات كثيرة.

11)

أ - أنظر إلى تناول الوجبات كأمر يعيق نشاطاتي الأخرى.

ب - أنظر إلى تناول الوجبات كأمر ينبغي الاستمتاع به وكفرصة للاسترخاء.

12)

أ - لا يبدو لي دوماً أن هناك وقت كافي لتحقيق أهدافي.

ب - أشعر بأن لدي الوقت الكافي لتحقيق أهدافي.

13)

أ - كثيراً ما أشعر بفقدان الصبر عندما أقف عند الإشارة الضوئية.

ب - لا أتفهم الناس الذين لا يبدون صبر عند الإشارة الضوئية.

14)

أ - أريد دوماً أن أكون من أفضل 10% ممن يقومون بعمل ما.

ب - بصراحة لا أعتهم بأن أكون من أفضل 10% ممن يقومون بعمل ما.

15)

أ - أجد أنه من الصعب ومن غير المفيد إطلاع شخص آخر على مكنونات نفسي وأموري الخاصة.

ب - من السهل علي ومن المفيد إطلاع شخص آخر على مكنونات نفسي وأموري الخاصة.

16)

أ - أنزعج كثيراً إن لم أستطع إنهاء الأمور التي خططت لإنهائها خلال اليوم.

ب - لا أنزعج إن لم أستطع إنهاء الأمور التي خططت لإنهائها خلال اليوم.

17)

أ - لا أقوم أبداً بقضاء الوقت مع عائلتي أو أصدقائي، إذا كان لدي عمل يجب علي القيام به.

ب - غالباً ما أختار أن أقضي الوقت مع عائلتي أو أصدقائي، بالرغم من وجود بعض الأشياء المهمة التي يجب علي القيام بها.

18)

أ - من الصعب علي أن أكون راضي عن إنجازاتي.

ب - من السهل علي أن أكون راضي عن إنجازاتي.

19)

أ - من الصعب علي التعبير عن مشاعري.

ب - من السهل علي التعبير عن مشاعري.

20)

أ - الناس الذين لا يعرفون ما الذي يريدونه يثيرون غضبي.

ب - أتفهم الناس الذين لا يعرفون ما الذي يريدونه.

21)

أ - أعتقد أن ممارسة الهوايات هي مضيعة للوقت.

ب - أعتقد أن ممارسة الهوايات هي أمر مفيد وممتع.

22)

أ - أعمل بشكل أفضل عندما أكون تحت تأثير الضغوط.

ب - لا يتأثر عملي عندما أكون تحت تأثير الضغوط.

23)

أ - الحديث عن المشاعر هو مؤشر عن الضعف، وقد يستخدمه الآخرون كنقطة ضدك.

ب - الحديث عن المشاعر هو أمر جيد، ومفيد في كثير من الحيان.

24)

أ -أهتم كثيراً بأن أجعل عائلتي ميسورة اقتصادياً أكثر من اهتمامي بوجودي معها.

ب – لا يهم إن كانت عائلتي ميسورة اقتصادياً المهم أن نكون معاً.

25)

أ -غالباً ما أكون أول من ينتهي من تناول الطعام.

ب – نادراً ما أكون أول من ينتهي من تناول الطعام.

26)

أ -عادة ما أقوم بأكثر من عمل واحد بنفس الوقت، مثل أن آكل وأنا أقود السيارة، أو أقرأ وأنا ألبس.

ب -نادراً ما أقوم بأكثر من عمل واحد بنفس الوقت، مثل أن آكل وأنا أقوم السيارة، أو أقرأ وأنا ألبس.

27)

أ -غالباً ما أجد نفسي مسرعاً للوصول إلى مكان ما بالرغم من توفر الوقت الكافي لدى الوصول.

ب – نادراً ما أجد نفسي مسرعاً للوصول إلى مكان ما عندما أعلم أن لدي الوقت الكافي للوصول.

28)

أ -عندما أستمع لشخص ما يتحدث ويأخذ هذا الشخص وقتاً طويلاً في الحديث فإنني كثيراً ما أقوم باستعجاله.

ب -عندما أستمع لشخص ما يتحدث ويأخذ هذا الشخص وقتاً طويلاً في الحديث فإنني أتركه على راحته حتى ينهي حديثه.

29)

أ -عندما أجد نفسي وقد تعبت من العمل فإنني أواصل هذا العمل بنفس السرعة بالرغم من التعب.

ب -عندما أجد نفسي وقد تعبت من العمل فإنني أتمهل قليلاً حتى أستعيد نشاطي.

OPTIMISM AND PESSIMISM AND THEIR RELATIONSHIP WITH PERSONALITY TYPES AMONG STUDENTS OF THE UNIVERSITY OF JORDAN

By:

Fatimah Mohammad Alatawi

Supervisor:

Dr. Yousef Abuhmaidan, Prof.

ABSTRACT

The Purpose of this study was to investigate levels of Optimism and Pessimism and Their Relationship with Personality Types among Students of the University Of Jordan, based on some demographic variables, such as Gender, specialization, and study level.

The sample consisted of (362) students who registered in the second semester (2014/2015). Tools used in this study were Optimism and Pessimism scale and scale for type (A) and type (B) behavior.

The researcher conducted descriptive statistics and inferential statistics including means, and standard deviations, frequencies, and multivariate analysis of variance in order to answer the current study's questions. Result showed that there was a high level of Optimism among Jordanian university student and the percentage was (43.9%) comparing with (7.5%) of high Pessimism among students. There was correlation between Optimism and type (B) behavior and correlation between Pessimism and type (A) behavior. Results also showed that differences in Optimism and Pessimism according to gender and specialization variables.whereas there is no differences in Optimism and Pessimism according to study level variable.

Current study recommends that future research looks at others variables, as well as designing scales for Optimism and Pessimism and type (A) and (B) behavior that suitable for research goals.